

Jadłospis dekadowy na okres: Od 28.09. do 9.10.2026 roku

Data	Jadłospis	Gramatura	Kalorie	
28 września 2026	barszcz biały	300ml	240	
	makaron tagliatelle z kurczakiem lub tofu*	250g	400	* danie
poniedziałek	bukiet jarzyn	50g	15	do wyboru
	herbata owocowa	200ml	22	
29 września 2026	krupnik	300ml	135	
	kotlet schabowy	90g	315	
wtorek	kapusta na gęsto	100g	56	
	ziemniaki z koperkiem , kompot	170g,200ml	156,22	
30 września 2026	zupa krem z dyni i marchewki	300ml	195	
	pieczeń rzymska w sosie	150g	190	
środa	sałatka z ogórka kiszzonego	50g	62	
	ziemniaki z koperkiem, herbata owocowa	170g,200ml	156,22	
1 października 2026	jarzynowa	300ml	165	
	kotlet z soczewicy/ befsztyk z cebulką*	150g	150	* danie
czwartek	buraczki	90g	135	do wyboru
	ziemniaki z koperkiem, kompot	170g,200ml	156,22	
2 października 2026	grochowa	300ml	186	
	ryba panierowana, ziemniaki*	90g,170g	130,156	* danie
piątek	pyzy ziemniaczane z cebulką*	200g	436	do wyboru
	surówka wiejska, herbata owocowa	90g,200ml	75,22	
5 października 2026	kapuśniak	300ml	210	
	gulasz grecki z mięsem lub cieciorą	150g	272	
poniedziałek	makaron orzo	150g	200	
	herbata owocowa	200ml	22	
6 października 2026	wiejska	300ml	260	
	filet drobiowy po parysku*	90g	170	* danie
wtorek	kotlet sojowy*	60g	140	do wyboru
	ziemniaki, sur z marchewki i pora, kompot	170g,90g,200	156,50,22	
7 października 2026	ogórkowa	300ml	190	
	sztuka mięsa w sosie własnym	150g	190	
środa	surówka wielowarzywna	90g	95	
	kasza jęczmienna, herbata owocowa	150g,200ml	180,22	
8 października 2026	koperkowa	300ml	135	
	bigos z kiszonej kapusty i mięsa, ziemniaki*	150g,170g	210,156	* danie
czwartek	łazanki z kapustą i mięsem*	250g	350	do wyboru
	kompot owocowy	200ml	22	
9 października 2026	fasolowa	300ml	210	
	filet rybny z warzywami, ziemniaki*	150g,170g	200	* danie
piątek	naleśniki z serem i polewą truskawkową*	2 szt	380	do wyboru
	herbata owocowa	200ml	22	
		Białko średnia: 33g	Kalorie średnia: 732	

INFORMACJE:

* wydawanie obiadów : uczniowie i pracownicy szkoły 11:30 –15:30; osoby z zewnątrz 13:00-15:30

* przełożenie obiadu na inny termin jest możliwe tylko po wcześniejszym powiadomieniu

osobiście bądź telefonicznie: **601 997 622; 609 810 270**

* ceny w abonamencie: obiad duży 20,00 zł; obiad mały 15,00 zł; ii danie 18,00 zł

* ceny jednorazowo: obiad duży 25,00 zł; ii danie 20,00 zł; zupa 8,00 zł

obiad mały dostępny jest tylko w abonamencie

* akceptujemy płatności kartą

* lista alergenów dostępna w stołówce