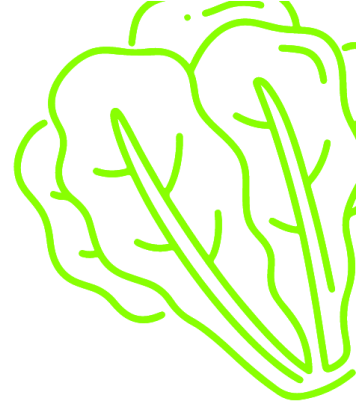
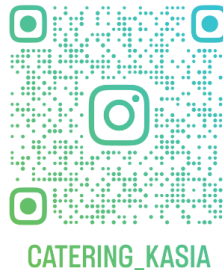




DIETA PODSTAWOWA

12.05.25-16.05.25

Poniedziałek

- Barszcz czerwony z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Gulasz z szynką wieprzową z kaszą gryczaną (280g) surówka z białej kapusty z pora z jabłek z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Środa

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Czwartek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Powodzenia na egzaminach! Trzymamy mocno kciuki !

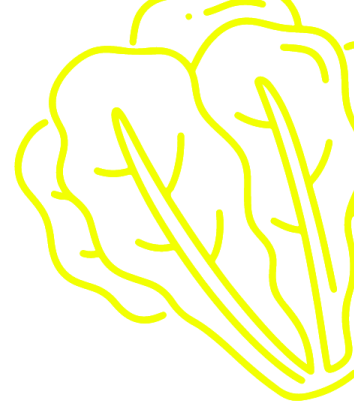
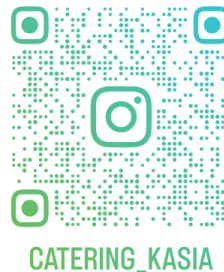
Piątek

- Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z kaszą jaglaną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Filet z dorsza** (90g) ziemniaki **puree** z koperkiem (150g), surówka z cukinii i marchewki z oliwą z oliwek (100g), kompot wieloowocowy (200ml) ryba, mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Pomarańcza, jabłko, gruszka

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA BEZMLECZNA, BEZJAJECZNA

12.05.25-16.05.25

Poniedziałek

- Barszcz czerwony z ziemniakami, śmietanką roślinną z natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- Gulasz z szynką wieprzową z kaszą gryczaną (280g) surówka z białej kapusty z pora z jabłek z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Środa

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Czwartek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Powodzenia na egzaminach! Trzymamy mocno kciuki !

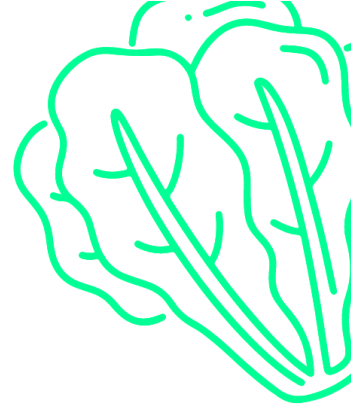
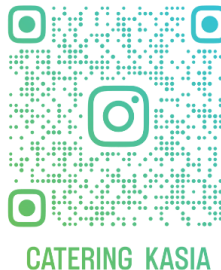
Piątek

- Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z kaszą jaglaną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Filet z dorsza** (90g) ziemniaki z koperkiem (150g), surówka z cukinii i marchewki z oliwą z oliwek (100g), kompot wielowocowy (200ml) ryba

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Pomarańcza , jabłko, gruszka

Opracowanie jadłospisu:
Dietetyk mgr Paulina Niezychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA BEZGLUTENOWA

12.05.25-16.05.25

Poniedziałek

- Barszcz czerwony z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Gulasz z szynką wieprzową z kaszą gryczaną (280g) surówka z białej kapusty z pora z jabłek z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Środa

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Czwartek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Powodzenia na egzaminach! Trzymamy mocno kciuki !

Piątek

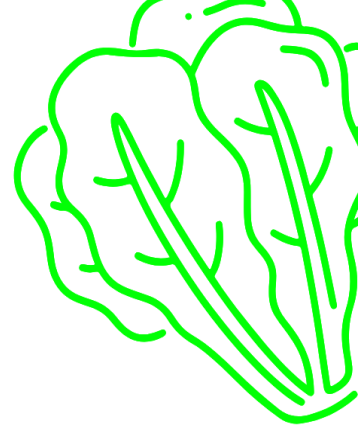
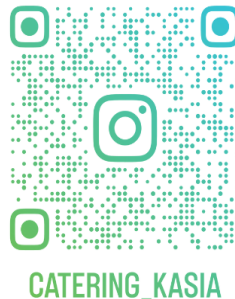
- Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z kaszą jaglaną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Filet z dorsza** (90g) ziemniaki **puree** z koperkiem (150g), surówka z cukinii i marchewki z oliwą z oliwek (100g), kompot wieloowocowy (200ml) ryba, mleko

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Pomarańcza , jabłko, gruszka

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.



DIETA WEGETARIAŃSKA

12.05.25-16.05.25

Poniedziałek

- Barszcz czerwony z ziemniakami, **śmietanką** i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml) mleko
- Gulasz z czerwonej soczewicy, papryki, pomidorów, z kaszą gryczaną (280g) surówka z białej kapusty z pora z jabłek z oliwą z oliwek (100g), kompot owocowy (200ml)

Wtorek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Środa

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Czwartek

Dzień wolny – egzamin ósmoklasisty

Powodzenia na egzaminach! Trzymamy mocno kciuki !

Piątek

- Zupa jarzynowa z fasolką szparagową z kaszą jaglaną i natką pietruszki na wywarze warzywnym (300ml)
- **Kotlet** z kalafiora (90g) ziemniaki **puree** z koperkiem (150g), surówka z cukinii i marchewki z oliwą z oliwek (100g), kompot wieloowocowy (200ml) mleko, pszenica

W tym tygodniu podajemy do obiadu oczywiście świeże i pełne witamin owoce do wyboru:
Pomarańcza , jabłko, gruszka

Opracowanie jadłospisu:

Dietetyk mgr Paulina Nieżychowska

UWAGA: w jadłospisach zostały oznaczone alergeny poprzez podkreślenie, zgodnie z Rozporządzeniem nr 1169/2011. Produkty wykorzystywane w naszej kuchni mogą zawierać śladowe ilości soi, migdałów, orzechów włoskich, laskowych, arachidowych, ziemnych lub pistacji.