



MENU MAJ 2024

PONIEDZIAŁEK 06.05.24 ŚNIADANIE

KAKAOWA OWSIANKA Z
BANANEM^{220g}
KANAPKA Z SZYNKĄ I
WARZYWAMI^{100g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}
ALERGENY 1,7

OBIAD

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana
9%/ koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/
pieprz czarny

ALERGENY 7,9

GNOCCHETTI Z SOSEM NEAPOLITAŃSKIM I TARTYM SEREM

280g – makaron gnocchetti/ pomidory/ cebula/
czosnek/ świeża bazylija/ oliwa z oliwek/ tarty ser
zółty

MIX SAŁAT^{80g}

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

CIASTO DROŻDZOWE Z
OWOCAMI I KRUSZONKĄ^{150g}

ALERGENY 1,3,7

WTOREK 07.05.24 ŚNIADANIE

PŁATKI GWIAZDKI
CYNAMONOWE NA MLEKU^{220g}
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM I
WARZYWAMI^{100g}
HERBATA OWCOWA^{200ml}
ALERGENY 1,7

OBIAD

BOTWINKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
botwinka/ włoszczyzna/ziemniaki/ koperek/ pieprz/
sok z cytryny/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

KOTLET Z PIERSI KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ bułka tarta/ jajko/ pieprz
biały/ olej rzepakowy

PUREE ZIEMNIACZANE^{120g}

MIZERIA Z OGÓRKA
ZIELONEGO, RZODKIEWKI I
SZCZYPIORKU^{80g}

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

JOGURTOWY KOKTAJL Z
MANGO DO PICIA^{200ml}

Mango/ jogurt naturalny

WAFLE RYŻOWE^{50g}

ALERGENY 7

ŚRODA 08.05.24 ŚNIADANIE

JAJECZNICA ZE
SZCZYPIORKIEM^{100g}
PIECZYWO RAZOWE^{100g}
OGÓREK ZIELONY SŁUPKI^{30g}
KAWA ZBOŻOWA Z
MLEKIEM^{200ml}
ALERGENY 1,3,7

OBIAD

ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki
durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/
lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść
laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

TRADYCYJNE PULPECIKI W SOSIE KOPERKOWYM

120g – szynka wieprzowa/ cebula/ jajko/ pieprz/
koperek/ masło/ śmietana 9%

KASZA GRYCZANA^{100g}

OGÓRKI KISZONE^{80g}

ALERGENY 3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

PLACUSZKI Z JABŁKIEM

150g – mąka pszenna/ jajko/ jogurt naturalny/
jabłko

ALERGENY 1,3,7

CZWARTEK 09.05.24 ŚNIADANIE

KANAPKA Z PASZTETEM,
SAŁATĄ I OGÓRKIEM
KISZONYM^{200g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}
ALERGENY 1,7

OBIAD

KREM Z DYNI Z GRZANKAMI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
dynia/ ziemniaki/ marchew/ śmietana 9%/ sok
pomarańczowy/ czosnek/ grzanki

ALERGENY 1,7,9



KAPSALON ZAPIEKANKA Z KURCZAKIEM I PIECZONYMI ZIEMNIAKAMI

Porcja 280g – pierś z kurczaka/ pieczone ziemniaki/
ser żółty/ papryka słodka/ kolendra/ kmin rzymski/
kurkuma/ czosnek/ cynamon/ imbir/ kminek/ sałata
lodowa/ pomidory/ ogórek zielony/ kukurydza
konserwowa/ ketchup

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIŚNIOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

HERBATNICZKI MINI ZOO^{80g}

KAKAO^{200ml}

ALERGENY 1,3,7

PIĄTEK 10.05.24 ŚNIADANIE

CHAŁKA Z DŻEMEM/ KANAPKA
Z SZYNKĄ, SAŁATĄ I
PAPRYKĄ^{200g}
KAKAO/HERBATA Z
CYTRYNĄ^{200ml}
ALERGENY 1,7

OBIAD

ZUPA Z FASOLKI SZPARAGOWEJ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g
Fasolka szparagowa/ ziemniaki/ marchewka/
pietruszką/ cebula/ czosnek/ masło/ śmietana 9%,
kurkuma/ koperek

ALERGENY 7,9

PANIEROWANY FILET Z MIRUNY

120g – filet z miruna/ bułka tarta/ jajko/ pieprz
biały/ olej rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM^{120g}

SURÓWKA Z KAPUSTY
KISZONEJ, MARCHEWKI I
JABŁKA

80g – kwaszona kapusta/ marchew/ jabłko/ oliwa z
oliwek

ALERGENY 1,3,4,7

SOK POMARAŃCZOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

GRACHAMKA Z SZYNKĄ Z
INDYKA, SAŁATĄ I PAPRYKĄ^{120g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}

ALERGENY 1,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



MENU MAJ 2024

PONIEDZIAŁEK

13.05.24

ŚNIADANIE

**TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM
I RZODKIEWKĄ^{50g}**

PIECZYWO RAZOWE^{100g}

OGÓREK ZIELONY

**/KANAPKI Z DŻEMEM/ Z
MIODEM**

KAKAO^{200ml}

ALERGENY 1,7

OBIAD

ŻUREK Z BIAŁĄ KIEŁBASKĄ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ zakwas na mące żytniej/ ziemniaki/
czosnek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ majeranek/
śmietana 9%/ biała kiełbaska

ALERGENY 1,7,9

**CURRY Z KURCZAKIEM I
WARZYWAMI**

160g – pierś z kurczaka/ czerwona papryka/
cukinia/ bakłażan/ marchewka/ cebula/ czosnek/
mleko kokosowe/ limonka/ liście kafiru

RYŻ JAŚMINOWY^{100g}

ALERGENY brak

**SOK JABŁKOWY/ WODA Z
CYTRYNĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

MAŚLANY CROISSANT

80g

KAKAO^{200ml}

ALERGENY 1,3,7

PIĄTEK
17.05.24
ŚNIADANIE

**KANAPKI Z PIECZONYM
INDYKIEM I WARZYWAMI^{200g}**
KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU^{200ml}

ALERGENY 1,7

OBIAD

**ZUPA Z CZERWONEJ
SOCZEWICY**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ soczewica/ ziemniaki/ olej
słonecznikowy/ czosnek/ cebula/ majeranek/ liść
laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

**MAKARON Z MUSEM
JOGURTOWYM Z TRUSKAWKAMI
I TWAROGIEM**

280g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt
naturalny/ ser biały

ALERGENY 1,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

**Kajzerka Z SEREM ŻÓŁTYM,
SAŁATĄ I PAPRYKĄ^{120g}**
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}

ALERGENY 1,7

**14, 15 i 16 maja egzaminy klas 8
dyżur dla klas 0**

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



MENU MAJ 2024

PONIEDZIAŁEK

20.05.24
ŚNIADANIE

PARÓWKI Z KETCHUPEM^{200g}
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM^{100g}
POMIDOR I OGÓREK ZIELONY^{50g}
HERBATA OWOCOWA^{200ml}

ALERGENY 1,7

OBIAD

ZUPA KALAFIOROWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Kalafior/ włoszczyzna/ ziemniaki/ śmietana 9%/
lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

PIECZONA PIERS Z KURCZAKA SAUTE

100g – pierś z kurczaka, papryka słodka/ czosnek/
olej rzepakowy

KASZA KUSKUS Z WARZYWAMI

100g – czerwona papryka/ czosnek/ natka
pietruszki/ kukruma

SURÓWKA Z POMIDORA^{80g}

ALERGENY 1

SOK JABŁKOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

CIASTO MARCHEWKOWE

150g

ALERGENY 1,3

WTOREK
21.05.24
ŚNIADANIE

KASZA MANA Z MUSEM
TRUSKAWKOWYM^{220g}
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM I
WARZYWAMI^{100g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}

ALERGENY 1,7

OBIAD

POMIDOROWA Z MAKARONEM ZWIERZACZKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/
makaron zwierzaczki/ lubczyk/ pieprz/ liść laurowy/
ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7,9

KOTLET SCHABOWY

110g – schab/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej
rzepakowy

ZIEMNIAKI Z KOPERKIEM^{120g}

MŁODA KAPUSTKA^{80g}

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

SAŁATKA OWOCOWA POD JOGURTOWĄ PIERZYNKĄ

150g – banan/ truskawki/ brzoskwinia/ winogrona/
jogurt naturalny

ALERGENY 7

ŚRODA
22.05.24
ŚNIADANIE

PASTA JAJECZNA ZE
SZCZYPIORKIEM^{100g}
PIECZYWO RAZOWE^{100g} I
RZODKIEWKI^{30g}
HERBATA OWOCOWA^{200ml}

ALERGENY 1,3,7

OBIAD

KREM Z ZIEŁONEGO GROSZKU Z GRZANKAMI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ groszek zielony/ cebula/ ziemniaki/
czosnek/ śmietana 9% / lubczyk/ sok z cytryny/
grzanki pszenne

ALERGENY 1,7,9

PAŁECZKI Z KURCZAKA W DOMOWEJ MARYNACIE BBQ

150g – pałki z kurczaka/ ketchup/ musztarda/ miód/
papryka wędzona/ sezam i szczypiorek do posypania

RYŻ^{120g}

MINI MARCHEWECZKI^{80g}

ALERGENY 10,11

KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

BANAN^{100g} WAFLE RYŻOWE^{200ml}

ALERGENY brak

CZWARTEK
23.05.24
ŚNIADANIE

MUSLI NA MLEKU^{220g}
KANAPKA Z PIECZONYM
SCHABIEM I WARZYWAMI^{100g}
KAKAO^{200ml}

ALERGENY 1,7

OBIAD

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana
9% / koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/
pieprz czarny

ALERGENY 7,9

GULASZ WIEPRZOWY

120g – szynka wieprzowa/ papryka czerwona i
żółta/ cebula/ marchewka/olej rzepakowy/ liść
laurowy/ papryka wędzona i słodka/ pieprz

MAKARON KOKARDKI^{100g}

SURÓWKA WIOSENNA^{80g}

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIŚNIOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

MINI PIZZA Z SEREM I SALAMI

ALERGENY 1,7

PIATEK
24.05.24
ŚNIADANIE

PŁATKI GRZYCZANE NA
MLEKU^{220g}
KANAPKA Z KOLOROWYMI
PASTAMI WARZYWNYMI I
POMIDOREM^{100g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}

ALERGENY 1,3,7

OBIAD

BARSZCZ UKRAIŃSKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ©
Włoszczyzna/ fasola/ cebula/ kapusta włoska/
buraki/ czosnek/ pomidory/ liść laurowy/ ziele
angielskie/ pieprz ziółowy/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM W POLEWIE JOGURTOWEJ Z TRUSKAWKAMI

Porcja 280g – mąka gryczana/ mąka pszenna/
mleko 2%/ jajka/ ser twarogowy/ truskawki/ jogurt
naturalny

ALERGENY 1,3,7

SOK POMARAŃCZOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

BUŁECZKA Z KIEŁBASKĄ KRAKOWSKĄ I WARZYWAMI^{150g} HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}

ALERGENY 1,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



MENU MAJ 2024

PONIEDZIAŁEK

27.05.24

ŚNIADANIE

**CHAŁKA Z DŻEMEM/ KANAPKA
Z SZYNKĄ, SAŁATĄ I
PAPRYKĄ^{200g}
KAKAO/HERBATA Z
CYTRYNĄ^{200ml}**

ALERGENY 1,7

OBIAD

ZUPA JARZYNOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕
włoszczyzna/ ziemniaki/ kaliafor/ brokuł/ fasolka
szparagowa/ groszek/ śmietana 9%/ lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

SPAGHETTI BOLOGNESE

280g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-
wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat
pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylija/
oregano/tymianek/tarty ser

OGÓREK ZIELONY SŁUPKI^{80g}

ALERGENY 1,7

**SOK JABŁKOWY/ WODA Z
CYTRYNĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

**JOGURT NATURALNY Z MUSEM
MALINOWYM, GRANOLĄ I
BORÓWKAMI**

200g – jogurt naturalny/ granola/ rodzynki/ mus z
malin

ALERGENY 1,7

WTOREK

28.05.24

ŚNIADANIE

**OWSIANKA Z BANANEM I
TRUSKAWKAMI^{220g}
KANAPKA Z SZYNKĄ I
WARZYWAMI^{100g}
HERBATA Z CYTRYNĄ^{200ml}**

ALERGENY 1,7

OBIAD

ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki
durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/
lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść
laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

STRIPSY Z KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ mąka kukurydziana/
słodka i ostra papryka/ jajka/ mleko 2%/ olej
rzepakowy

ZIEMNIACZKI Z KOPERKIEM^{120g}

COLESLAW^{80g}

ALERGENY 1,3,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK

PANCAKES Z BANANEM

150g

ALERGENY 1,3,7

ŚRODA

29.05.24

ŚNIADANIE

**JAJECZNICA ZE
SZCZYPIORKIEM^{100g}
PIECZYWO RAZOWE^{100g}
POMIDORKI^{30g}
KAWA ZBOŻOWA Z
MLEKIEM^{200ml}**

ALERGENY 1,3,7

OBIAD

ZUPA SOLIANKA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g
Włoszczyzna/ ziemniaki wołowina/ szynka
wieprzowa/ cebula/ czosnek/ ogórki kiszony/
pomidory/ koperek/ śmietana (9%) oliwki

ALERGENY 7,9

**RYŻ Z PRAŻONYM
JABŁUSZKIEM I TWAROGIEM
W POLEWIE JOGURTOWEJ**

Porcja 280g – ryż/ jabłko/ cynamon/ ser biały/ jogurt
naturalny

ALERGENY 1,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



**PODWIECZOREK
SMOOTHIE OWOCOWE**

200ml

HERBATNICZKI^{100g}

ALERGENY 1,3,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU

INFORMACJE DOTYCZĄCE ALERGENÓW

Zgodnie z obowiązkiem wynikającym z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 przekazywać będziemy Państwu informacje na temat obecnych w podawanej żywności składników i innych substancji mogących powodować alergie i nietolerancje pokarmowe.

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten;:
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby;
5. Orzechy;
6. Soja i produkty pochodne;
7. Mleko i produkty pochodne;
8. Orzechy;
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.

