

LO 122

czerwiec 202 2

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

wegetariański

(na zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

poniedziałek

30.05.2022

zupa pieczarkowo-porowa z ziemniakami[]

k otlet pożarski[1,3], ziemniaki

m łoda kapusta z rzodkiewką i koperkiem

kompot/woda z cytryną

zupa pieczarkowo-porowa z ziemniakami[]

k otlet pożarski[1,3], ziemniaki

m łoda kapusta z rzodkiewką i koperkiem

kompot/woda z cytryną

zupa pieczarkowo-porowa z ziemniakami[]

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa krupnik[1 ,9],

wieprzowina a la strogonow 1]

kopytka[1] ,

kompot/woda z cytryną

zupa ryżanka[9],

wieprzowina a la strogonow [7]

makaron penne , mizeria[7

kompot/woda z cytryną

zupa krupnik[1 ,9],

w arzywa z cieciorą w pomidach[]

kopytka[1] ,

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

środa

01.06.2022

zupa brokułowa [7,9

spaghetti bolognese z serem[1, 7]

kompot/woda z cytryną, sorbet

zupa brokułowa [9

spaghetti bolognese [1]

kompot/woda z cytryną

zupa brokułowa [7,9

spaghetti bolognese z serem[7]

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa brokułowa [**7,9**

spaghetti Napoli z groszkiem i serem[**7**],

czwartek

02.06.2022

zupa zacierkowa[**1,3,9**]

pieczony udzik z kurczaka, ziemniaki

sałata z pomidorem w sosie czosnkowym[]

kompot/woda z cytryną

zupa zacierkowa[**1,3,9**]

pieczony udzik z kurczaka, ziemniaki

sałata z pomidorem w sosie winegrett

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa zacierkowa[1,3,9]

pieczony udzik z kurczaka, ziemniaki

sałata z pomidorem w sosie czosnkowym[], kompot

zupa zacierkowa[1,3,9]

pieczone warzywa z serem, ziemniaki

sałata z pomidorem w sosie czosnkowym[], kompot

piątek

03.06.2022

z upa kope r

kluski leniwe na maśle w bułce tartej 1,7]

z upa kope r

Wpisany przez Administrator
poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5

. orzeszki ziemne
(arachidowe)

;

6

. soja;

7

. mleko;

8

. orzechy;

9

. seler;

10

. gorczyca;

11

. sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa -

3

5

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

bitki/eskalopki - 110g

pulpety a'la język/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrąwka z kurczaka – 1 3 0g

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 110g

ziemniaki - 130g

kopytka - 170g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku – 240g

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

LO 122

czerwiec 202 2

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

eliminujący gluten

JADŁOSPIS *wegetariańska* zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

poniedziałek

06.06.2022

neapolitańska z makaronem[1, 7, 9

kotlet	schabowy	[	1,3
--------	----------	---	-----

bukiet warzyw gotowany na parze

kompot/woda z cytryną

pomidorowa z makaronem	7,	9
------------------------	----	---

kotlet	schabowy	[	1,3
--------	----------	---	-----

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

bukiet warzyw gotowany na parze

kompot/woda z cytryną

neapolitańska z makaronem [9]

kotlet schabowy [3

bukiet warzyw gotowany na parze

kompot/woda z cytryną

neapolitańska z makaronem [7, 9

kotlet sojowy [1,3

bukiet warzyw gotowany na parze

kompot/woda z cytryną

wtorek

07.06.2022

zupa fasolowa z ziemniakami[9]

pulpety w sosie pomidorowym[1], ryż

sałatka z pora[7]

kompot/woda z cytryną

zupa fasolowa z ziemniakami[9]

pulpety w sosie pomidorowym[1], ryż

sałatka z pora

kompot/woda z cytryną

zupa fasolowa z ziemniakami[9]

pulpety w sosie pomidorowym, ryż

sałatka z pora[7]

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa fasolowa z ziemniakami[]

pulpety warzywne z tofu w sosie pomidorowym[], ryż, sałatka z pora[7

kompot/woda z cytryną

środa

08.06.2022

zupa jarzynowa[7,9]

makaron z serem w jogurcie naturalnym z truskawkami[1,7]

kompot/woda z cytryną

zupa jarzynowa[9]

makaron z musem truskawkowym [1,5]

kompot/woda z cytryną

zupa jarzynowa[7,9]

makaron z serem w jogurcie naturalnym z truskawkami[7,9]

kompot/woda z cytryną

zupa jarzynowa[7,9]

makaron z serem w jogurcie naturalnym z truskawkami[7,9]

kompot/woda z cytryną

czwartek

09.06.2022

zupa szczawiowa z jajkiem [3, 7,9]

gulasz wieprzowy[1], kasza gryczana,

surówka z selera[7]

kompot/woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [,9]

gulasz wieprzowy [1], kasza gryczana,

surówka z selera

kompot/woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [6, 7 ,

gulasz wieprzowy, kasza gryczana,

surówka z selera [7]

kompot/woda z cytryną

zupa szczawiowa z jajkiem [3,

gulasz warzywny z pieczarkami [], kasza gryczana, surówka z selera [7]

kompot/woda z cytryną

piątek

10.06.2022

zupa pomidorowa z ryżem[7,9]

kotlety rybne z cieciorą i marchewką[18,4],

ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem[9]

kotlety rybne z cieciorą i marchewką[18,4],

ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem[7,9]

kotlety rybne z cieciorą i marchewką[3,4],

ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej

kompot/woda z cytryną

zupa pomidorowa z ryżem[7,9]

kotlety z cieciorą i marchewką[3,4],

ziemniaki, surówka z kapusty kiszanej

kompot/woda z cytryną

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.** skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5

. orzeszki ziemne
(arachidowe)

;

6

. soja;

7

. mleko;

8

. orzechy;

9

. seler;

10

. gorczyca;

11

. sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa - 3 5

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 110g

pulpety a'la język/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrąwka z kurczaka – 1 3 0g

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

w	ieprzowina	a'la strogonow/	gulasz
---	------------	-----------------	--------

porcja ryby - 110g

ziemniaki - 130g

kopytka - 230g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /	fasolka	po bretońsku	– 240g
-------------	---------	--------------	--------

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

poniedziałek

13.06.2022

zupa ogórkowa[7,9]

spaghetti bolognese z serem[1, 7]

kompot/woda z cytryną,

zupa ogórkowa[9]

spaghetti bolognese [1]

kompot/woda z cytryną

zupa ogórkowa[7,9]

spaghetti bolognese z serem[7]

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa	ogórkowa	[	7,9
------	----------	---	-----

spaghetti	Napoli	z	groszkiem i
-----------	--------	---	-------------

kompot /woda z cytryną

wtorek

14.06.2022

rosół	z makaronem[	1,	9	]
-------	--------------	----	---	---

eskalopki	z kurczaka[	1,3	],	ziemniaki
-----------	-------------	-----	----	-----------

modra kapusta, kompot/woda z cytryną

rosół	z makaronem[	1,	9	]
-------	--------------	----	---	---

eskalopki	z kurczaka[	1,3	],	ziemniaki
-----------	-------------	-----	----	-----------

modra kapusta, kompot/woda z cytryną

rosół	z makaronem[	9	]
-------	--------------	---	---

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

eskalopki z kurczaka[**3**], ziemniaki

modra kapusta, kompot/woda z cytryną

rosół warzywny z makaronem [

kotlety z groszku[**1,3**], ziemniaki

modra kapusta, kompot/woda z cytryną

środa

15.06.2022

zupa botwinkowa[**7,9**]

zapiekany ryż z jabłkiem w serku waniliowym[]

kompot/woda z cytryną

zupa botwinkowa[**9**]

zapiekany ryż z jabłkiem z musem brzoskwiniowym

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa botwinkowa[7,9]

zapekany ryż z jabłkiem w serku waniliowym[]

kompot/woda z cytryną

zupa botwinkowa[7,9]

zapekany ryż z jabłkiem w serku waniliowym[]

kompot/woda z cytryną

czwartek

16.06.2022

-

piątek

17.06.2022

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.**

skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5

. orzeszki ziemne

(arachidowe)

;

6

. soja;

7

. mleko;

8

. orzechy;

9

. seler;

10

. gorczyca;

11

. sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa -

3

5

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 110g

pulpety a'la język/udko z kurczaka - 120g

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3

0g

Wpisany przez Administrator

w	ieprzowina	a'la strogonow/	gulasz
---	------------	-----------------	--------

ziemniaki/ kopytka - 130g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti / fasolka po bretońsku – 240g

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g, sałatka owocowa 80 g

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

LO 122

czerwiec 202 2

JADŁOSPIS

STANDARDOWY

JADŁOSPIS

bezmleczny

JADŁOSPIS

eliminujący gluten

JADŁOSPIS wegetariańska zamówienie sms tel. 502-82-87-97 do godz. 9:00)

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

poniedziałek

20.06.2022

zupa

pieczarko

wo-porowa z ziemniakami [

kurczak w sosie słodko-kwaśnym[],

ryż, surówka z pekinki[3],

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa

pieczarko

wo-porowa z ziemniakam[

kurczak w sosie słodko-kwaśnym[],

ryż, surówka z pekinki[3],

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa

pieczarko

wo-porowa z ziemniakami

kurczak w sosie słodko-kwaśnym,

ryż, surówka z pekinki[3],

kompot/woda z cytryną

zupa

pieczarko

wo-porowa z ziemniakami

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

cieciorka w sosie śmietanow-szpinakowym[]

kompot/woda z cytryną

wtorek

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

21.06.2022

zupa	krupnik	[	9
------	---------	---	---

kotlet	mielony[	1,3	], ziemniaki
--------	----------	-----	--------------

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

marchew z groszkiem[1,7],

kompot/woda z cytryną

zupa krupnik [9]

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kotlet mielony[**1,3**], ziemniaki

marchew z groszkiem

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa krupnik [9]

kotlet mielony[3], ziemniaki

marchew z groszkiem

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa krupnik [9]

kotlet sojowy[1,3 ,6], ziemniaki

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

marchew z groszkiem[1,7],

kompot/woda z cytryną

środa

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

22.06.2022

zupa z soczewicy z ziemniakami [9]

pierogi z serem w jogurcie naturalnym [1,3,7]

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa z soczewicy z ziemniakami[]

pierogi z truskawkami z miodem brzoskwiniowym

kompot/woda z cytryną

barszcz czerwony [9

makaron z serem w jogurcie naturalnym z truskawkami] 3,7 ,

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa z soczewicy z ziemniakami[]

pierogi z serem w jogurcie naturalnym[4,71]

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

czwartek

23.06.2022

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa	kalafiorowa[	7,9	]
------	--------------	-----	---

bitki	wieprzowe w sosie własnym,	1,7	]
-------	----------------------------	-----	---

kasza	bulgur[	1	], surówka z pomidora
-------	---------	---	-----------------------

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

zupa kalafiorowa[9]

bitki wieprzowe w sosie własnym[]

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kasza bulgur[**1**], surówka z pomidora

kompot/woda z cytryną

zupa kalafiorowa[**7,9**]

kompot/woda z cytryną

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

zupa kalafiorowa[**7,9**]

gulasz z boczniaków z warzywami[]

kasza bulgur[**1**], surówka z pomidora

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kompot/woda z cytryną

piątek

24.06.2022

ZAKOŃCZENIE ROKU SZKOLNEGO

SŁONECZNYCH, BEZTROSKICH I BEZPIECZNYCH WAKACJI

*oznaczenie numeryczne alergenów występujących w jadłospisie standardowym: **1.** gluten; **2.**

skorupiaki;

3

. jaja;

4

. ryby;

5

. orzeszki ziemne

(arachidowe)

;

6

. soja;

7

. mleko;

8

. orzechy;

9

. seler;

10

. gorczyca;

11

. sezam;

12

. dwutlenek siarki i siarczany;

13. łubin; **14.** mięczaki

gramatura posiłków

zupa -	3	5
--------	---	---

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

kotlet mielony, schabowy/drobiowy, klops – 110g

bitki/eskalopki - 110g

pulpety a'la język/udko z kurczaka - 120g

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

chili con carne/potrawka z kurczaka – 1 3 0g

w ieprzowina a'la strogonow/ gulasz

porcja ryby - 110g

ziemniaki/ kopytka - 130g

ryż/kasza/ makaron- 120 g

spaghetti /

fasolka po bretońsku

– 240g

ryż zapiekany z jabłkiem - 240g

surówka /warzywa gotowane z wody– 120g,

sałata – 90 g

Jadłospis 2022/06

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52

naleśniki/pierogi - 240g

kluski leniwe – 230 g

kompot/lemoniada – 200ml

Wpisany przez Administrator

poniedziałek, 30 maja 2022 21:52 - Poprawiony piątek, 10 czerwca 2022 15:52
