

Zestaw jadłospisów na czerwiec 2024 dla SSP 101

| poniedziałek, 3.06 | wtorek, 4.06 | środa, 5.06 | czwartek, 6.06 | piątek, 7.06 |
|---|---|---|--|---|
| Zupa KALAFIOROWA  BARSZCZ UKRAIŃSKI  II danie GULASZ WIEPRZOWY + KASZA GRYCZANA + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY  NALEŚNIKI Z OWOCAMI I JOGURTEM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"  KOFTA W SOSIE POMIDOROWYM + KASZA GRYCZANA + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY  Deser KOKOSANKI  Napój (do obiadu) HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM | Zupa POMIDOROWA Z RYŻEM  ZUPA WIOSENNA  II danie NUGGETSY, KETCHUP + PIECZONE ZIEMNIAKI + SURÓWKA COLESŁAW  MAKARON Z SOSEM BROKUŁOWO- SEROWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"  KNEDLE ZE ŚLIWKĄ POLANE SŁODKA ŚMIETANĄ + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"  Deser BUDYŃ Z SOSEM CZEKOLADOWYM  Napój (do obiadu) KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY | Zupa ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI  ZUPA MINISTRONE Z PIECZONYMI WARZYWAMI I MAKARONEM  II danie KOTLET MIELONY Z INDYKA + ZIEMNIAKI Z WODY Z KOPEKCIEM + MIZERIA  ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z WARZYWAMI POD BESZAMELEM I SEREM  PIEROGI WIEJSKIE OKRASZONE CEBULKĄ + MIZERIA  Deser MUFFINKA KARMELOWA Z PRAŻONYM SEZAMEM  Napój (do obiadu) LEMONIADA CYTRYNOWA Z MIĘTĄ | Zupa JARZYNOWA  PIECZARKOWA  II danie PIECZONE SKRZYDEŁKA W MIODZIE + RYŻ BIAŁY + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI  KOTLET WARZYWNY Z SOSEM ROZMARYNOWYM + RYŻ BIAŁY + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI  RACUCHY Z JABŁKAMI, Z CUKREM PUDREM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"  Deser CIASTO MARCHEWKOWE Z BAKALIAMI I POLEWĄ Z SERKA ŚMIETANKOWEGO  Napój (do obiadu) KOMPOT TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY | Zupa OGÓRKOWA  BARSZCZ BIAŁY  II danie PALUSZKI RYBNE PIECZONE + PUREE ZIEMNIACZANE + SAŁATKA SZWEDZKA  PIERÓG SAMOSA Z INDYJSKIM SOSEM + SAŁATKA SZWEDZKA  KOTLET JAJECZNY + PUREE ZIEMNIACZANE + SAŁATKA SZWEDZKA  Deser TRUSKAWKI Z BITĄ ŚMIETANĄ I MINI BEZAMI  Napój (do obiadu) HERBATA CYTRYNOWA |

poniedziałek, 10.06

Zupa

KRUPNIK



Z FASOLKI
SZPARAGOWEJ



II danie

BOEUF STROGANOW/
STROGONOW + KASZA
BULGUR + OGÓRKI
KISZONE



MAKARON Z
ZIELONYM PESTO I
CORREGIO



KASZOTTO Z
PIECZARKAMI I
WARZYWAMI



Deser

CIASTO 3 BIT



Napój (do obiadu)

HERBATA Z
CYTRYNĄ I MIODEM

wtorek, 11.06

Zupa

ROSÓŁ Z
MAKARONEM, NATKA
PIETRUSZKI



CHŁODNIK Z
BURAKÓW

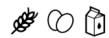


II danie

KOTLET MIELONY +
ZIEMNIAKI Z WODY Z
KOPERKIEM + MIZERIA



PIEROGI Z
TWAROGIEM, SOS
JOGURTOWO-
WANILOWY +
WARZYWO "DO
SCHRUPANIA"



GULASZ
WEGETARIAŃSKI +
ZIEMNIAKI Z WODY Z
KOPERKIEM + MIZERIA



Deser

GRZEBIEŃ
FRANCUSKI Z
MARMOLADĄ
WIELOOWOCOWĄ



Napój (do obiadu)

KOMPOT
WIELOOWOCOWY
NISKOSŁODZONY

środa, 12.06

Zupa

POMIDOROWA Z
RYŻEM



GROCHOWA



II danie

PIEROGI Z MIĘSEM,
SMAŻONA CEBULKA +
SAŁATA MASŁOWA Z
RZODKIEWKĄ I
SZCZYPIORKIEM,
JOGURT NATURALNY



MAKARON Z BIAŁYM
SEREM, MUS
TRUSKAWKOWY +
WARZYWO "DO
SCHRUPANIA"



BURRITO PO
MEKSYKAŃSKU, SOS
100 WYSP



Deser

WAFLE Z MASĄ
CZEKOLADOWĄ



Napój (do obiadu)

LEMONIADA
CYTRYNOWA Z MIĘTĄ

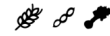
czwartek, 13.06

Zupa

BROKUŁOWA



KAPUŚNIAK Z
KISZONEJ KAPUSTY



II danie

QURRITO Z
KURCZAKIEM I SEREM
CHEDDAR, KETCHUP +
SURÓWKA Z
MARCHEWKI I JABŁKA



PLACKI OWSIANE Z
BANANAMI
OPRÓSZONE CUKREM
PUDREM + WARZYWO
"DO SCHRUPANIA"



PIEROGI Z KASZĄ
GRYCZANĄ I
TWAROGIEM +
SURÓWKA Z
MARCHEWKI I JABŁKA



Deser

DONUT W POLEWIE
TRUSKAWKOWEJ



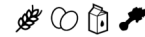
Napój (do obiadu)

KOMPOT
TRUSKAWKOWY
NISKOSŁODZONY

piątek, 14.06

Zupa

NEAPOLITAŃSKA Z
MAKARONEM



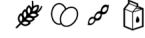
TRUSKAWKOWA Z
MAKARONEM

II danie

RYBA Z PATELNI +
ZIEMNIAKI Z WODY Z
KOPERKIEM +
POMIDORY W
ŚMIETANIE



KOTLET SOJOWY Z
SOSEM GRZYBOWYM +
ZIEMNIAKI Z WODY Z
KOPERKIEM +
POMIDORY W
ŚMIETANIE



KROKIETY RUSKIE +
POMIDORY W
ŚMIETANIE



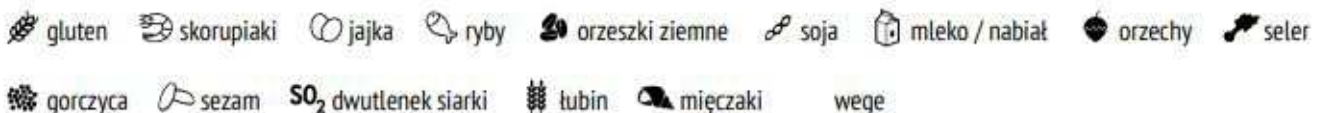
Deser

SERNIK NA ZIMNO
Z OWOCAMI



Napój (do obiadu)

HERBATA
CYTRYNOWA



poniedziałek, 17.06

Zupa

ZUPA Z ZIEŁONEGO

GROSZKU



FASOŁOWA



II danie

SPAGHETTI

BOLOGNESE, TARTY
SER



PIEROGI RUSKIE,
SMAŻONA CEBULKA +
SURÓWKA Z KISZONEJ
KAPUSTY



GULASZ Z CIECIORKI W
SOSIE Z SUSZONYMI
POMIDORAMI + KASZA
GRYCZANA +
SURÓWKA Z KISZONEJ
KAPUSTY



Deser

CIASTO

"MURZYNEK"



Napój (do obiadu)

HERBATA Z

CYTRYNĄ I MIODEM

wtorek, 18.06

Zupa

ROSÓŁ Z

MAKARONEM, NATKA

PIETRUSZKI



KREM Z DYNI



II danie

PIECZONE UDKO

KURCZAKA + KASZA

BULGUR + SURÓWKA Z

BIAŁEJ KAPUSTY



NALEŚNIKI ZE

SZPINAKIEM

ZAPIEKANE Z SEREM +

SURÓWKA Z BIAŁEJ

KAPUSTY

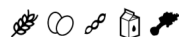


GYROS DROBIOWY Z

WARZYWAMI W

TORTILLI, SOS 1000

WYSP



Deser

KRUCHE BABECZKI

Z TOFFII I POSYPKĄ

ORZECHOWĄ



Napój (do obiadu)

KOMPOT

WIELOOWOCOWY

NISKOSŁODZONY

środa, 19.06

Zupa

OGÓRKOWA



ZUPA Z BOTWINKI Z

ZIEMNIAKAMI

II danie

PANIEROWANY FILET Z

KURCZAKA + TALARKI

ZIEMNIACZANE +

SALAŁKA GRECKA



PENNE ARRABBIATA,

SER CORREGGIO



KROKIET Z

PIECZARKAMI +

SALAŁKA GRECKA



Deser

KOKOSOWY

PUDDING CHIA Z

BRZOSKWINIAMI



Napój (do obiadu)

LEMONIADA

CYTRYNOWA Z MIĘTĄ

czwartek, 20.06

Zupa

KALAFIOROWA



KAPUŚNIAK ZE

SŁODKIEJ KAPUSTY



II danie

GOŁĄBKI W SOSIE

POMIDOROWYM +

ZIEMNIAKI Z WODY Z

KOPERKIEM +

BURACZKI



MAKARON Z

KALAFIEM

ZAPIEKANY POD

BESZAMELEM,

PARMEZANEM I

SŁONECZNIKIEM +

BU RACZKI



NALEŚNIKI Z BIAŁYM

SEREM I SOSEM TOFFI

+ WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"



Deser

MUFFINKA

CZEKOLADOWA Z

ORZECHAMI

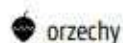
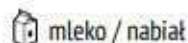
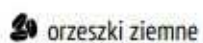
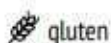


Napój (do obiadu)

KOMPOT

TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY



PORCJA J.M

Zupa 250 ml

| DODATKI | | |
|---------------------------|-----|----|
| Napój | 200 | ml |
| Surówka | 100 | g |
| Ziemniaki z wody | 150 | g |
| Puree ziemniaczane | 150 | g |
| Kasza/ryż/kus-kus | 100 | g |
| Talarki/frytki | 150 | g |
| Kopytka | 150 | g |
| Jogurt/śmietana na słodko | 80 | ml |
| Śmietana kwaśna | 40 | ml |

| DANIA MIĘSNE | | |
|---|-----|---|
| Babka ziemniaczana z boczkiem i kielbaską | 280 | g |
| Bigos z kielbaską | 230 | g |
| Burrito+sos 1000 wysp | 280 | g |
| Chili con carne | 180 | g |
| Filet z kurczaka w chrupiącej panierce | 90 | g |
| Gołabki w sosie pomidorowym | 150 | g |
| Gulasz mięsny | 130 | g |
| Kotlet mielony | 90 | g |
| Kotlet rybny | 90 | g |
| Krokiet z mięsem | 230 | g |
| Kurczak w sosie słodko-kwaśnym/indyjskim/azjatyckim | 180 | g |
| Leczo z kielbaską i warzywami | 250 | g |
| Makaron z boczkiem i cukinią w sosie smietanowym | 280 | g |
| Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym | 280 | g |
| Makaron tagiatella z polędwiczką wieprzową | 280 | g |
| Mięso w sosie | 130 | g |
| Naleśniki wytrawne mięsne zapiekane z serem | 250 | g |
| Nuggetsy+ketchup | 120 | g |
| Paluszki rybne | 150 | g |
| Pieczone udko kurczaka | 130 | g |
| Pierogi z mięsem, okraszone cebulką | 180 | g |
| Pulpety mięsne w sosie | 130 | g |
| Pulpety rybne w sosie | 130 | g |
| Roladka mięsna w sosie | 130 | g |
| Ryba pod pierzynką śródziemnomorską | 150 | g |
| Ryba smażona | 90 | g |
| Ryba w sosie | 130 | g |
| Ryba ze szpinakiem i serem | 150 | g |
| Spaghetti bolognese/ carbonara | 280 | g |
| Strogonow wołowy | 230 | g |
| Szynka po cygańsku | 180 | g |
| Qurrito z kurczakiem i serem cheddar | 280 | g |

| DANIA WEGE | | |
|--|-----|---|
| Curry z batatami, ciecierzycą i szpinakiem | 230 | g |
| Gołąbki wege w sosie serowo-śmietanowym | 150 | g |
| Gulasz warzywny / wegetariański | 130 | g |
| Gyros wegetariański | 230 | g |
| Kaszotto | 280 | g |
| Knysza | 230 | g |
| Kofta z sosem pomidorowym | 130 | g |
| Kopytka szpinakowe+sos z suszonych pomidorów | 280 | g |
| Kopytka z warzywami w sosie | 280 | g |
| Kotlet warzywny/jajeczny/sojowy | 90 | g |
| Kotlet zakarpacki | 230 | g |
| Kotlety makaronowe z porem z sosem serowym | 230 | g |
| Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym | 230 | g |
| Krokiet ziemniaczano-brokułowy, sos serowy | 230 | g |
| Kulki serowo-ziemniaczane | 90 | g |
| Makaron z sosem wytrawnym | 280 | g |
| Makaron z zielonym pesto | 280 | g |
| Naleśniki meksykańskie pod beszamelem i serem | 280 | g |
| Naleśniki z warzywami / z pieczarkami pod beszamelem | 280 | g |
| Pakora | 150 | g |
| Penne arrabbiata, ser corregio | 280 | g |
| Pierogi wytrawne, okraszone cebulką | 230 | g |
| Placki szpinakowo-ziemniaczane, sos śmietanowy | 230 | g |
| Placki ziemniaczane, kwaśna śmietana | 230 | g |
| Pulpety greckie,sos tzatzyk | 230 | g |
| Risotto warzywne | 280 | g |
| Samos pieróg | 90 | g |
| Strudel ziemniaczany, sos serowy | 180 | g |
| Tarta brokułowa z serem typu feta | 230 | g |
| Warzywa po węgiersku | 230 | g |
| Warzywa w sosie indyjskim curry | 230 | g |
| Zapiekanka ziemniaczana z warzywami, terty ser | 280 | g |

| DANIA NA SŁODKO | | |
|---|-----|---|
| Pierogi leniwe z bułką tartą na masełku | 280 | g |
| Makaron z białym serem i musem owocowym | 280 | g |
| Makaron z twarogiem i brzoskwiniami zapiekany pod kogłem-mogłem | 280 | g |
| Naleśnik z owocami, jogurt naturalny | 280 | g |
| Naleśniki z białym serem + mus owocowy / jogurt/toffi | 280 | g |
| Pierogi na słodko ze śmietaną (z truskawkami, z twarogiem, z twarogiem i wiśniami, z owocami leśnymi) | 280 | g |
| Placki na słodko z jogurtem naturalnym | 280 | g |
| Placki na słodko opruszone cukrem pudrem | 280 | g |
| Racuchy z jabłkami, posypka cukier puder | 280 | g |
| Ryż z owocami i jogurtem | 280 | g |
| Zapiekanka ryżowa z jabłkami i jogurtem naturalnym | 280 | g |