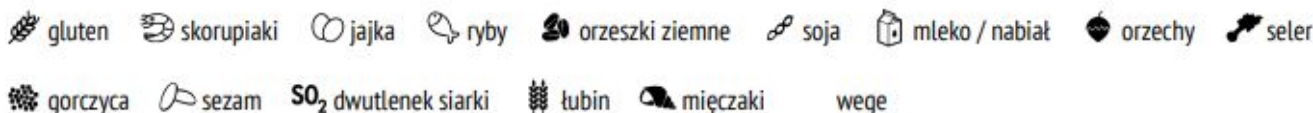


Zestaw jadłospisów na listopad 2025 dla SSP 101

poniedziałek, 3.11	wtorek, 4.11	środa, 5.11	czwartek, 6.11	piątek, 7.11
Zupa ZUPA ZIELONA Z KUSKUS	Zupa ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI	Zupa POMIDOROWA Z RYŻEM	Zupa KRUPNIK	Zupa BARSZCZ UKRAIŃSKI
PIECZARKOWA Z MAKARONEM	KOPERKOWA Z KLUSKAMI LANYMI	Z FASOLKI SZPARAGOWEJ	BROKUŁOWA	KREM Z MARCHEWKI
II danie KOTLET MIELONY PIECZONY + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + BURACZKI	II danie PIECZONE UDKO KURCZAKA + RYŻ Z WARZYWAMI + SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA	II danie PANIEROWANY FILET Z KURCZAKA + PUREE ZIEMIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW	II danie BURRITO Z MIĘSEM WOŁOWO-WIEPRZOWYM , WARZYWAMI I ŻÓŁTYM SEREM , SOS CZOSNKOWY + SELER Z MARCHEWKA	II danie PULPETY RYBNE W SOSIE POMIDOROWO-ŚMIETANOWYM + PUREE ZIEMIACZANE + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
PIEROGI LENIWE Z ZIEMNIAKAMI, SŁODKI JOGURT + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	FASOLKA PO BRETOŃSKU WEGE + BUŁKA PSZENNA + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	TWAROGIEM, SOS JOGURTOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	GOŁĄBKİ WEGETARIAŃSKIE W SOSIE KOPERKOWYM + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SELER Z MARCHEWKA	PLACKI OWSIANE Z BANANAMI OPRÓSZONE CUKREM PUDREM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
KROKIET Z KAPUSTĄ KISZONĄ I GRZYBAMI + BURACZKI	PIECZONY KOTLET BROKUŁOWY W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH, SOS SEROWY + RYŻ Z WARZYWAMI + SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA	GULASZ WEGETARIAŃSKI + PUREE ZIEMIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW		MAKARON Z PESTO I KURCZAKIEM SER CORREGIO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
Deser KRUCHE BABECZKI Z TOFFII I POSYPKĄ ORZECHOWĄ	Deser CROISSANT Z NADZIENIEM	Deser BUDYŃ Z SOSEM MALINOWYM	KOTLETY MAKARONOWE Z WARZYWAMI, SEREM, SOS 1000 WYSP + SELER Z MARCHEWKA	Deser MUFFINKA CZEKOLADOWA Z ORZECHAMI
Napój (do obiadu) KOMPOT JABŁKOWO-CYNAMONOWY NISKOSŁODZONY	Napój (do obiadu) KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	Napój (do obiadu) LEMONIADA BRZOSKWINIOWA	Deser CIASTO 3 BIT Napój (do obiadu) KOMPOT AGRESTOWY NISKOSŁODZONY	Napój (do obiadu) HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM
poniedziałek, 10.11	wtorek, 11.11			
Dzień niedostępny	Dzień niedostępny			



środa, 12.11	czwartek, 13.11	piątek, 14.11
Zupa	Zupa	Zupa
ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI	BARSZCZ BIAŁY	POMIDOROWA Z RYŻEM
	JARZYNOWA	ZUPA Z CIECIERZYCY Z KASZĄ BULGUR
ZUPA Z SOCZEWICY		
II danie	II danie	II danie
KURCZAK W SOSIE SŁODKO-KWAŚNYM GOTOWANY + RYŻ JAŚMINOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	PIEROGI Z MIĘSEM, SMAŻONA CEBULKA + SURÓWKA Z MARCHEWKI, PORA I OGÓRKA KISZONEGO Z MAJONEZEM	SMAŻONY DORSZ + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM
	NALEŚNIKI MEKSYKAŃSKIE	
PLACKI ZIEMNIACZANE Z SOSEM PIECZARKOWYM + BURACZKI	ZAPIEKANE POD BESZAMELEM I SEREM + SURÓWKA Z MARCHEWKI, PORA I OGÓRKA KISZONEGO Z MAJONEZEM	LASAGNE ZE SZPINAKIEM + SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z MARCHEWKĄ I JABŁKIEM
PULPETY GRECKIE Z SOSEM TZATZIKI + RYŻ JAŚMINOWY + BURACZKI	KOTLET JAJECZNY PIECZONY, SOS Tatarski + KUS-KUS + SURÓWKA Z MARCHEWKI, PORA I OGÓRKA KISZONEGO Z MAJONEZEM	MAKARON Z BIAŁYM SEREM, MUS TRUSKAWKOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
Deser	Deser	Deser
DONUT		WAFLE Z MASĄ CZEKOLADOWĄ
Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)
LEMONIADA BRZOSKWINIOWA	GALARETKA Z OWOCAMI I BITĄ ŚMIETANĄ	HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM
	Napój (do obiadu)	
	KOMPOT AGRESTOWY NISKOŚŁODZONY	

poniedziałek, 17.11	wtorek, 18.11	środa, 19.11	czwartek, 20.11	piątek, 21.11
Zupa SZCZAWIOWA Z JAJKIEM MARCHEWKOWO-GROSZKOWA II danie GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + BURACZKI PIEROGI Z TWAROGIEM I BRZOSKWINIAMI, SOS JOGURTOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" MAKARON Z SOSEM BROKUŁOWO- SEROWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" Deser SZARLOTKA Napój (do obiadu) KOMPOT JABŁKOWO- CYNAMONOWY NISKOSŁODZONY	Zupa POMIDOROWA Z MAKARONEM FASOŁOWA II danie PIECZONA SZYNKA WIEPRZOWA PO CYGAŃSKU + KASZA PĘCZAK + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY PLACKI TWAROGOWE ZE SZPINAKIEM I BAZYLIĄ, KWAŚNA ŚMIETANA + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY KROKIET Z MIĘSEM WIEPRZOWO- DROBIOWYM SMAŻONY, KETCHUP + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY Deser TIRAMISU TRUSKAWKOWE Napój (do obiadu) KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	Zupa BURACZKOWA PAPRYKOWO-POROWA Z KASZĄ BULGUR II danie GULASZ WIEPRZOWY + KASZA GRYCZANA + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW KOPYTKA Z SOSEM PIECZARKOWYM + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW BABKA ZIEMNIACZANA Z BOCZKIEM I KIEŁBASĄ + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW Deser MUFFINKA KARMELOWA Z PRAŻONYM SEZAMEM Napój (do obiadu) LEMONIADA BRZOSKWINIOWA	Zupa ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI PIECZARKOWA II danie PANIEROWANY FILET Z KURCZAKA + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW RACUCHY MARCHEWKOWE, ŚMIETANA NA SŁODKO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" KALAFIOROWY KOTLET PIECZONY W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH, SOS SEROWY + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW Deser CROISSANT Z NADZIENIEM Napój (do obiadu) KOMPOT AGRESTOWY NISKOSŁODZONY	Zupa KRUPNIK KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI II danie PALUSZKI RYBNE PIECZONE + RYŻ BIAŁY + DUSZONA MARCHEWKA Z GROSZKIEM KULKI SEROWO-ZIEMNIACZANE, SOS 1000 WYSP + RYŻ BIAŁY + DUSZONA MARCHEWKA Z GROSZKIEM QURRITO Z KURCZAKIEM, WARZYSZCZAMI I SEREM CHEDDAR, KETCHUP + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" Deser KOKOSOWY PUDDING CHIA Z MUSEM MANGO Napój (do obiadu) HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM



gluten



skorupiaki



jajka



ryby



orzeszki ziemne



soja



mleko / nabiał



orzechy



seler



gorczyca



sezam



SO₂ dwutlenek siarki



łubin



mięczaki

wege

poniedziałek, 24.11	wtorek, 25.11	środa, 26.11	czwartek, 27.11	piątek, 28.11
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
OGÓRKOWA	ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI	JARZYNOWA	BARSZCZ UKRAIŃSKI	POMIDOROWA Z MAKARONEM
GROCHOWA	KREM Z DYNI	ZUPA BOŁOŃSKA	ZUPA Z CIECIERZYCY	Z FASOLKI SZPARAGOWEJ
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY SER + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	NUGGETSY PIECZONE, KETCHUP + TALARKI ZIEMNIACZANE + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI	POLĘDWICZKA WIEPRZOWA W SOSIE PIECZARKOWYM + KASZA PERŁOWA + OGÓRKI KONSERWOWE	BOEUF STROGONOW + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA COLESŁAW	PIECZONY DORSZ POD PIERZYNKĄ ŚRÓDZIEMNOMORSKĄ + RYŻ Z WARZYWAMI + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
PLACKI Z KUSKUS I BANANAMI, SOS CZEKOLADOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	NALEŚNIKI Z WARZYWAMI ZAPIEKANE POD BESZAMELEM I SEREM + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI	ZAPIEKANKA RYŻOWA Z JABŁKAMI Z SOSEM JOGURTOWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	GOŁĄBKI WEGETARIAŃSKIE W SOSIE KOPERKOWYM + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA COLESŁAW	NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I MUSEM TRUSKAWKOWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
Deser	TARTA BROKUŁOWA Z SEREM TYPU FETA + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI	PULPETY DROBIOWE W SOSIE POMIDOROWYM + KASZA PERŁOWA + OGÓRKI KONSERWOWE	KOTLET WARZYWNY + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA COLESŁAW	SMĄŻONY RYŻ PO CHIŃSKU Z KURCZAKIEM I WARZYWAMI + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
Napój (do obiadu)	Deser	Deser	Deser	Deser
KOMPOT JABŁKOWO-CYNAMONOWY NISKOSŁODZONY	KOKOSANKI	CIASTO KARMELOWE Z POPCORNEM	DONUT	MUS POMARAŃCZOWY
	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)
	LEMONIADA BRZOSKWINIOWA	KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	KOMPOT AGRESTOWY NISKOSŁODZONY	HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM

PORCJA J.M

Zupa	300	ml
DODATKI		
Napój	200	ml
Surówka	100	g
Warzywko do schrupania	80	g
Warzywa pieczone	250	g
Ziemniaki z wody	180	g
Puree ziemniaczane	180	g
Makaron	180	g
Kasza/ryż/kus-kus	100	g
Talarki/frytki	180	g
Kopytka	180	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
Bitki wieprzowe w sosie własnym	130	g
Burger	300	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	150	g
Gyros drobiowy	90	g
Indyk w sosie alfredo	150	g
Karkówka w sosie pieczeniowym	150	g
Kopytka z cebulką i skwarkami	280	g
Kotlet mielony	90	g
Kotlet rybny	90	g
Krokiet z mięsem	230	g
Krokiet z ziemniakami, kapustą kiszoną i boczkiem	230	g
Kurczak po hawajsku	130	g
Kurczak w sosie słodko-kwaśnym/indyjskim/azjatyckim	180	g
Lasagne bolognese	230	g
Leczo z kielbaską i warzywami	300	g
Makaron z boczkiem i cukinią w sosie smietanowym	280	g
Makaron z boczkiem i twarogiem	280	g
Makaron Chow Mein z kurczakiem i warzywami po chińsku	300	g
Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym/ brokułowym / w curry	280	g
Makaron tagiatella z polędwiczka wieprzową	280	g
Mięso w sosie	130	g
Naleśniki wytrawne mięsne zapiekane z serem	250	g
Nuggetsy+ketchup	120	g
Paluszki rybne	120	g

Pieczone udko kurczaka	130	g
Pierogi z mięsem, okraszane cebulką	230	g
Pierogi z pieca z kurczakiem, brokułami, mozzarellą, sos czosnkowy	230	g
Placki z kurczakiem i warzywami, sos śmietanowo-majonezowy	230	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
Schab w sosie pieczeniowym	150	g
Spaghetti bolognese/ carbonara	280	g
Stripsy drobiowe w płatkach kukurydzianych	90	g
Strogonow wołowy	150	g
Szynka po cygańsku	180	g
Świeżonka z cebulką	180	g
Tarta z kurczakiem i warzywami	230	g
Wątróbka drobiowa z cebulką	150	g
Wrap z kurczakiem i warzywami, sos majonezowy	280	g
Zapiekanka gyros z ryżem, kurczakiem i warzywami	280	g
Zapiekanka ryżowa z warzywami i parówka	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z mieloną wołowina po meksykańsku	280	g
Qurrito z kurczakiem i serem cheddar	280	g

DANIA WEGE		
Aromatyczna soczewica z warzywami	230	g
Burrito wege + sos 1000 wysp	280	g
Chili sin carne	180	g
Curry z batatami, ciecierzycą i szpinakiem	230	g
Gołąbki wege w sosie serowo-śmietanowym	150	g
Gołąbki z ryżem i warzywami w sosie pomidorowym	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	300	g
Kopytka z sosem pieczarkowym	280	g
Kotlet warzywny/jajeczny/sojowy/z groszku	90	g
Kotlet zakarpcki	280	g
Kotlety makaronowe z sosem serowym	280	g
Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym	280	g
Kotlety ziemniaczano-marchewkowe, sos tzatzyki	280	g
Kotlety z kaszy jęczmiennej, sos pieczarkowy	280	g
Krokiet z kapustą kiszoną i grzybami	230	g
Krokiet z pieczarkami	230	g

Krokiet ziemniaczano-brokulowy, sos serowy	230	g
Krokiet ziemniaczane z mozzarellą, ketchup	230	g
Kulki serowo-ziemniaczane	90	g
Lasagne ze szpinakiem	230	g
Łazanki z kapustą i grzybami	300	g
Makaron z sosem wytrawnym	290	g
Makaron z warzywami, ser	290	g
Makaron z zielonym pesto	280	g
Musaka z cukinią, bakłażanem i ziemniakami	230	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	290	g
Pierogi wytrawne, okraszone cebulką	230	g
Pierogi aromatyczne, sos rozmarynowy	230	g
Pizza margherita, ketchup	320	g
Placki szpinakowo-ziemniaczane, sos śmietanowy	250	g
Placki ziemniaczane, kwaśna śmietana	250	g
Placki ziemniaczane, sos pieczarkowy	250	g
Placki z dynii, kwaśna śmietana	250	g
Placki z marchewki, kwaśna śmietana	250	g
Pulpety greckie, sos tzatziki	230	g
Risotto warzywne	280	g
Quiche ze szpinakiem, serem typu feta i mozzarella	250	g
Samos pieróg	90	g
Sakiewka z ciasta francuskiego z pieczarkami, sos ketchup-majonez	230	g
Strudel ziemniaczany, sos serowy	230	g
Tarta brokułowa z serem typu feta	230	g
Tajskie curry z ciecierzycą i bakłażanem	230	g
Warzywa po węgiersku	230	g
Warzywa w sosie indyjskim curry	230	g
Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i mozzarellą	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z warzywami, terty ser	280	g

DANIA NA SŁODKO		
Pierogi leniwe z bułką tartą na maselku	300	g
Makaron z białym serem i musowem owocowym	300	g
Naleśnik z owocami, jogurt naturalny	300	g
Naleśniki z białym serem + mus owocowy / jogurt/toffi	300	g
Naleśniki z marmoladą	300	g
Pierogi na słodko ze śmietaną lub jogurtem (z truskawkami, z twarogiem, z twarogiem i wiśniami, z owocami leśnymi)	300	g
Placki na słodko opruszone cukrem pudrem	300	g
Placki na słodko z jogurtem naturalnym / polewa czekoladowa	300	g
Placki twarogowe, sos truskawkowy	300	g
Racuchy z jabłkami, posypka cukier puder	300	g
Racuchy marchewkowe, posypka cukier puder	300	g
Ryż z owocami i jogurtem	300	g
Zapiekanka ryżowa z jabłkami i jogurtem naturalnym	300	g