

Zestaw jadłospisów na luty 2026 dla SSP 101

poniedziałek, 2.02	wtorek, 3.02	środa, 4.02	czwartek, 5.02	piątek, 6.02
Zupa KALAFIOROWA FASOLOWA II danie PENNE Z KURCZAKIEM W SOSIE CURRY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" KLUSKI Z DYNI POLANE MASEŁKIEM Z PARMEZANEM + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY PIEROGI Z TWAROGIEM, SOS JOGURTOWO-WANILIOWY + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" Deser KRUCHE BABECZKI Z TOFFII I POSYPKĄ ORZECHOWĄ Napój (do obiadu) KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	Zupa ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI Z FASOLKI SZPARAGOWEJ II danie KOTLET MIELONY PIECZONY + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + BURACZKI PLACKI ZIEMNIACZANE, KWAŚNA ŚMIETANA + BURACZKI ESKALOPKI DROBIOWE W SOSIE POROWO-PIECZARKOWYM + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + BURACZKI Deser TIRAMISU TRUSKAWKOWE Napój (do obiadu) HERBATA CYTRYNOWA	Zupa POMIDOROWA Z RYŻEM BURACZKOWA II danie PIECZONE UDKO KURCZAKA + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I MUSEM TRUSKAWKOWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" KALAFIOROWY KOTLET PIECZONY W PŁATKACH KUKURYDZIANYCH, SOS SEROWY + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW Deser CIASTKO FRANCUSKIE Z CZEKOLADĄ I BUDYNIEM Napój (do obiadu) KOMPOT TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY	Zupa OGÓRKOWA KRUPNIK II danie KROKIET Z MIĘSEM WIEPRZOWO- DROBIOWYM SMAŻONY, KETCHUP + DUSZONA MARCHEWKA Z GROSZKIEM MAKARON Z ZIELONYM PESTO I CORREGIO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" ZAPIEKANKA RYŻOWA Z JABŁKAMI Z SOSEM JOGURTOWYM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" Deser GALARETKA Z OWOCAMI I BITĄ ŚMIETANĄ Napój (do obiadu) KOMPOT JABŁKOWO- CYNAMONOWY NISKOSŁODZONY	Zupa JARZYNOWA KREM Z POMIDORÓW II danie BURGER RYBNY + RYŻ CURRY + SAŁATKA GRECKA CUKINIA FASZEROWANA PIECZARKAMI I SEREM + RYŻ CURRY + SAŁATKA GRECKA KOPYTKA OKRASZANE BOCZKIEM + CEBULKĄ + SAŁATKA GRECKA Deser MUFFINKA KARMELOWA Z PRAŻONYM SEZAMEM Napój (do obiadu) KOMPOT PORZECZKOWY NISKOSŁODZONY

 gluten

 skorupiaki

 jajka

 ryby

 orzyszki ziemne

 soja

 mleko / nabiał

 orzechy

 seler

 gorczyca

 sezam

 SO₂ dwutlenek siarki

 łubin

 mięczaki

 wege

poniedziałek, 9.02	wtorek, 10.02	środa, 11.02	czwartek, 12.02	piątek, 13.02
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
BROKUŁOWA	BARSZCZ UKRAIŃSKI	OGÓRKOWA	ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI	POMIDOROWA Z MAKARONEM
BARSZCZ BIAŁY Z JAJKIEM	GROCHOWA	JARZYNOWA	KREM Z DYNI	PIECZARKOWA
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY SER + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	PANIEROWANY FILET Z KURCZAKA + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA	BURRITO Z MIĘSEM WOŁOWO- WIEPRZOWYM , WARZYWAMI I ŻÓŁTYM SEREM , SOS CZOSNKOWY + SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY	PULPETY MIĘSNE W SOSIE DYNIOWO-KOPERKOWYM + KASZA GRYCZANA + BURACZKI	SMAŻONA RYBA W MAŁCE KUKURYDZIANEJ + RYŻ BASMATI + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
MINI MARCHEWKI W SOSIE SŁODKO KWAŚNYM + RYŻ BIAŁY + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY	PLACKI OWSIANE Z BANANAMI OPRÓSZONE CUKREM PUDREM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	NALEŚNIKI ZE SZPINAKIEM I SEREM TYPU FETA POD BESZAMELEM I MOZZARELLĄ + SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY	TARTA BROKUŁOWA Z SEREM TYPU FETA + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	RYŻ Z TRUSKAWKAMI, JOGURT NA SŁODKO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"
KOTLET ZIEMNIACZANY Z SOSEM PIECZARKOWYM + SURÓWKA Z CZERWONEJ KAPUSTY	PIEROGI RUSKIE, SMAŻONA CEBULKA + SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA	SZYŃKA W SOSIE KOPERKOWYM + MAKARON ŚWIDERKI + SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY	FASOLKA PO BRETOŃSKU Z KIELBASKĄ + BUŁKA PSZENNA + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	STRIPSY DROBIOWE + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
WAFLE Z KAJMAKIEM I ORZECHAMI	GRZEBIEŃ FRANCUSKI Z MARMOLADĄ WIELOOWOCOWĄ	CIASTO 3 BIT	KOKOSANKI	DONUT
Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)
LEMONIADA JABŁKO- MARAKUJA	KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM	KOMPOT RABARBAROWY NISKOSŁODZONY	KOMPOT WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY



gluten



skorupiaki



jajka



ryby



orzeszki ziemne



soja



mleko / nabiał



orzechy



seler



gorczyca



sezam



SO₂ dwutlenek siarki



łubin



mięczaki

wege

poniedziałek, 16.02	wtorek, 17.02	środa, 18.02	czwartek, 19.02	piątek, 20.02
Zupa ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI KAPUŚNIAK Z KISZONEJ KAPUSTY	Zupa KRUPNIK WŁOSKA II danie KOTLET POŻARSKI + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI PULPETY GRECKIE Z SOSEM TZATSIKI + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI BABKA ZIEMNIACZANA Z BOCZKIEM I KIEŁBASĄ + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI Deser KOKOSOWY PUDDING CHIA Z MUSEM MANGO Napój (do obiadu) KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	Zupa OGÓRKOWA KALAFIOROWA II danie MAKARON Z PESTO I KURCZAKIEM, SER CORREGIO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" GOŁĄBKI Z PĘCZAKIEM I GRZYBAMI LEŚNYMI W SOSIE PIECZARKOWYM + PUREE ZIEMNIACZANE + MARCHEWKA DUSZONA PALUSZKI RYBNE PIECZONE + PUREE ZIEMNIACZANE + MARCHEWKA DUSZONA Deser MANDARYNKI Napój (do obiadu) HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM	Zupa POMIDOROWA Z RYŻEM KOPERKOWA Z KLUSKAMI ŁANYMI II danie POLĘDWICZKI WIEPRZOWE W SOSIE PAPRYKOWYM + KASZA PERŁOWA + SURÓWKA COLESŁAW PIEROGI Z TWAROGIEM I WIŚNIAMI POLANE SŁODKĄ ŚMIETANĄ + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" KOTLET JAJECZNY PIECZONY, SOS TATARSKI + KASZA PERŁOWA + SURÓWKA COLESŁAW Deser DONUT Napój (do obiadu) KOMPOT RABARBAROWY NISKOSŁODZONY	Zupa BARSZCZ UKRAIŃSKI ZUPA TAJSKA II danie SMAŻONY DORSZ + TALARKI ZIEMNIACZANE + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM I SOSEM TOFFI + WARZYWO "DO SCHRUPANIA" KROKIET ZIEMNIACZANO-BROKUŁOWY, SOS SEROWY + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW Deser MUFFINKA CZEKOLADOWA Z ORZECHAMI Napój (do obiadu) KOMPOT WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY

poniedziałek, 23.02	wtorek, 24.02	środa, 25.02	czwartek, 26.02	piątek, 27.02
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa	Zupa
PIECZARKOWA	KRUPNIK	KALAFIOROWA	POMIDOROWA Z RYŻEM	ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI
KREM BROKUŁOWO-SEROWY	Z FASOLKI SZPARAGOWEJ	FASOŁOWA	ZUPA MINISTRONE Z PIECZONYMI WARZYWAMI I MAKARONEM	KREM Z ZIELONYCH WARZYW
II danie	II danie	II danie	II danie	II danie
SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY SER + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	FILET Z KURCZAKA W CHRUPIĄCEJ PANIERCE + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESŁAW	PIEROGI Z MIĘSEM, SMAŻONA CEBULKA + BURACZKI	GULASZ WIEPRZOWY + KASZA GRYCZANA + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW	KOTLET RYBNY PIECZONY + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
PIEROGI Z TRUSKAWKAMI POLANE ŚMIETANĄ NA SŁODKO + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	KROKIET Z PIECZARKAMI, KETCHUP + SURÓWKA COLESŁAW	SAKIEWKA Z CIASTA FRANCUSKIEGO Z PIECZARKAMI, SOS KETCHUPOWO-MAJONEZOWY + BURACZKI	KOPYTKA SZPINKOWE, SOS Z SUSZONYCH POMIDORÓW + SURÓWKA Z KISZONYCH OGÓRKÓW	ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z WARZYWAMI POD BESZAMELEM I SEREM + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
KROKIET RUSKI + SURÓWKA Z MARCHEWKI, PORA I JABŁKA	ZAPIEKANY MAKARON W SOSIE BOŁOŃSKIM Z MIĘSEM + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	NUGGETSY PIECZONE, KETCHUP + TALARKI ZIEMNIACZANE + BURACZKI	ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z TWAROGIEM I OWOCAMI, SŁODKI JOGURT + WARZYWO "DO SCHRUPANIA"	GOŁĄBKI Z MIĘSEM I KASZA GRYCZANĄ W SOSIE POMIDOROWYM + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK
Deser	Deser	Deser	Deser	Deser
CROISSANT Z NADZIENIEM	BUDYŃ Z SOSEM MALINOWYM	SZARLOTKA	CIASTO AMERYKAŃSKIE	MUS CZEKOLADOWY
Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)	Napój (do obiadu)
LEMONIADA JABŁKO-MARAKUJA	KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY	HERBATA Z CYTRYNĄ I MIODEM	KOMPOT RABARBAROWY NISKOSŁODZONY	KOMPOT WIŚNIOWY NISKOSŁODZONY



gluten



skorupiaki



jajka



ryby



orzeszki ziemne



soja



mleko / nabiał



orzechy



seler



gorczyca



sesam



SO₂ dwutlenek siarki



łubin



mięczaki



wege

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	220	g
Puree ziemniaczane	220	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
Burger rybny	90	g
Burrito+sos 1000 wysp	280	g
Chili con carne	180	g
Eskalopki w sosie porowo-pieczarkowym	150	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	280	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, okraszone cebulką	230	g
Pierogi z pieca z kurczakiem, brokułami, mozzarellą, sos czosnkowy	230	g
Placki z kurczakiem i warzywami, sos śmietanowo-majonezowy	230	g
Polędwiczka wieprzowa w sosie pieczarkowym/ paprykowym	130	g
Pulpety mięsne w sosie	130	g

Pulpety rybne w sosie	130	g
Risotto z kurczakiem i warzywami	300	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 w sosie koperkowym	180	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 parówką	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z mieloną wołowiną po meksykańsku	280	g
Zapiekany makaron w sosie bolońskim z mięsem	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
Cukinia faszerowana pieczarkami i serem	180	g
Gołąbki wege w sosie serowo-śmietanowym	180	g
Gołąbki z pieczakiem i grzybami leśnymi w sosie pieczarkowym	180	g
Gołąbki z ryżem i warzywami w sosie pomidorowym	180	g
Gulasz warzywny / wegetariański	150	g
Gyros wegetariański	230	g
Kaszotto	300	g
Kluski z dyni polane masłem z parmezanem	300	g
Knysza	230	g
Kofta z sosem pomidorowym	130	g
Kopytka szpinakowe+sos z suszonych pomidorów	300	g
Kopytka z warzywami w sosie	300	g
Kopytka z sosem pieczarkowym	300	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 tzatziki	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
Mini marchewki w sosie słodko kwaśnym	180	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, okraszane cebulką	230	g
Pierożki 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 tzatzik	230	g
Risotto warzywne	300	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 musiem 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