













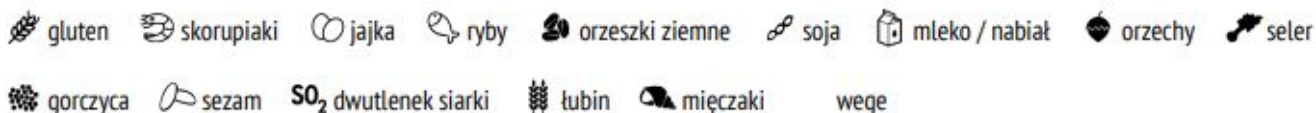


Zestaw jadłospisów na półkolonie 2026 w SSP 101

poniedziałek, 29.06	wtorek, 30.06	środa, 1.07	czwartek, 2.07	piątek, 3.07
<p>Zupa</p> <p>BURACZKOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>STRIPSY DROBIOWE + PUREE ZIEMNIACZANE + SURÓWKA COLESLAW</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT RABARBAROWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI</p> <p>  </p> <p>II danie</p> <p>KOTLET MIELONY PIECZONY + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + MIZERIA</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA ARBUZOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>OGÓRKOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>MAKARON Z PESTO I KURCZAKIEM, SER CORREGIO</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>HERBATA CYTRYNOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>JARZYNOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>GYROS DROBIOWY, SOS TZATZIKI + FRYTKI + MIX SAŁAT Z SOSEM WINEGRET</p> <p>  </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>POMIDOROWA Z RYZEM</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I MUSEM TRUSKAWKOWYM</p> <p>  </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA POMARAŃCZOWO- CYTRYNOWA</p>
<p>Zupa</p> <p>KRUPNIK</p> <p> </p> <p>II danie</p> <p>NUGGETSY PIECZONE, KETCHUP + TALARKI ZIEMNIACZANE + SURÓWKA Z MARCHEWKI I BRZOSKWINI</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>PIECZARKOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY SER</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA ARBUZOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>POMIDOROWA Z MAKARONEM</p> <p>  </p> <p>II danie</p> <p>PANIEROWANY FILET Z KURCZAKA + PUREE ZIEMNIACZANE + BURACZKI</p> <p>  </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>HERBATA CYTRYNOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI</p> <p>  </p> <p>II danie</p> <p>GULASZ WIEPRZOWY + KASZA GRYCZANA + OGÓRKI KISZONE</p> <p> </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>KALAFIOROWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>PIEROGI CZEKOLADOWE Z TWAROGIEM, SŁODKI JOGURT (WEGE)</p> <p>  </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA POMARAŃCZOWO- CYTRYNOWA</p>
<p>Zupa</p> <p>ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU</p> <p> </p> <p>II danie</p> <p>QURRITO Z KURCZAKIEM, WARZYWAMI I SEREM CHEDDAR, KETCHUP</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT WIELOOWOCOWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA PIETRUSZKI</p> <p>  </p> <p>II danie</p> <p>PIECZONE UDKO KURCZAKA + RYŻ CURRY + SURÓWKA Z MARCHEWKI I JABŁKA</p> <p></p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA ARBUZOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>OGÓRKOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>STRIPSY DROBIOWE + ZIEMNIAKI "Z WODY" Z KOPERKIEM + POMIDORY W ŚMIETANIE</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>HERBATA CYTRYNOWA</p>	<p>Zupa</p> <p>JARZYNOWA</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>BURGER MIĘSNY + BUŁKA PSZENNA</p> <p>    </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>KOMPOT TRUSKAWKOWY NISKOSŁODZONY</p>	<p>Zupa</p> <p>POMIDOROWA Z RYZEM</p> <p></p> <p>II danie</p> <p>NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM, MUSE JAGODOWY</p> <p>   </p> <p>Napój (do obiadu)</p> <p>LEMONIADA POMARAŃCZOWO- CYTRYNOWA</p>



poniedziałek, 20.07

wtorek, 21.07

środa, 22.07

czwartek, 23.07

piątek, 24.07

Zupa

BARSZCZ UKRAIŃSKI



II danie

KOTLET SZARPANY Z KURCZAKA,

WARZYW I ŻÓŁTYM SEREM, SOS

1000 WYSP + PUREE

ZIEMNIACZANE + MIX SAŁAT Z

SOSEM WINEGRET



Napój (do obiadu)

KOMPOT WIELOOWOCOWY

NISKOSŁODZONY

Zupa

PIECZARKOWA



II danie

SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY

SER



Napój (do obiadu)

LEMONIADA ARBUZOWA

Zupa

ZUPA WIOSENNA



II danie

PULPETY MIĘSNE W SOSIE

POMIDOROWYM + KASZA

PERŁOWA + BURACZKI



Napój (do obiadu)

HERBATA CYTRYNOWA

Zupa

ROSÓŁ Z MAKARONEM, NATKA

PIETRUSZKI



II danie

NUGGETSY PIECZONE, KETCHUP +

TALARKI ZIEMNIACZANE +

SURÓWKA Z MARCHEWKI I

BRZOSKWINI



Napój (do obiadu)

KOMPOT TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY

Zupa

KALAFIOROWA



II danie

PIEROGI Z TRUSKAWKAMI POLANE

ŚMIETANĄ NA SŁODKO



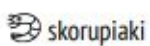
Napój (do obiadu)

LEMONIADA POMARAŃCZOWO-

CYTRYNOWA



gluten



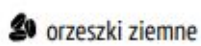
skorupiaki



jajka



ryby



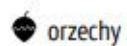
orzeszki ziemne



soja



mleko / nabiał



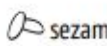
orzechy



seler



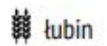
gorczyca



sezam



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
Karkówka w sosie pieczeniowym	150	g
Kielbasa smażona z cebulką	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 śmietanowym	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/ kurkowym	300	g
Makaron tagliatella z polędwiczką wieprzową	300	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
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 kukurydżianych	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 parówka	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z mieloną wołowina 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
Golabki z pęczakiem 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
Kalafior w cieście naleśnikowym, sos serowy	150	g
Kartacze z pieczarkami	230	g
Kaszotto	300	g
Kluski z dyni polane masłem z parmezanem	300	g
Knysza	230	g
Kofta z sosem pomidorowym	130	g
Kopytka marchewkowo-dyniowe, sos serowy	300	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 selerowo-serowy, sos pomidorowy	130	g
Kotlet zakarpacki	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 buraków i kaszy, sos koperkowy	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-brokułowy, sos serowy	230	g
Krokiet ziemniaczane z mozzarellą, ketchup	230	g
Kulki serowo-ziemniaczane	90	g
Lasagne ze szpinakiem	280	g
Lasagne z warzywami pod beszamelem	280	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 cukinia, 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 tzatzik	250	g
Pulpety ziemniaczane nadziewane pasta jajeczną, sos tatarski	250	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
Tort warzywny	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
Ziemniaki faszerowane pieczarkami	280	g

DANIA NA SŁODKO		
Pierogi leniwe z bułką tartą na masełku	300	g
Makaron z białym serem i musem 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 ryżowe z jabłkami, sos jogurtowy	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