

JADŁOSPIS

od 14.09.2026 do 18.09.2026 (w nawiasie zaznaczone alergeny)

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
Poniedziałek 14.09.2026r.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - kisiel 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - owoc - herbata z cytryną	- zupa z zielonego groszku (7,9,10) 500g - spaghetti z mięsem i warzywami (1a,9,10) 300g - woda z cytryną Dla wegetarian (6 osób): - zupa z zielonego groszku (7,9,10) 500g - spaghetti z warzywami (1a,9,10) 300g - woda z cytryną	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - pasta z makreli (3,4,7) 100g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - herbata z cytryną
Wtorek 15.09.2026r.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - skyr owocowy (7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - owoc - herbata z cytryną	- barszcz biały z jajkiem (1a,3,7,9,10) 500g - gulasz z ciecierzycy (9,10) 150g - kasza pęczak (1c) 150g - kompot wieloowocowy Dla wegetarian (6 osób): - j.w.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - pampuchy z sosem truskaw. (1,7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - herbata z cytryną
Środa 16.09.2026r.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - kasza manna (7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - owoc - herbata z cytryną	- zupa z pieczarkowa (7,9,10) 500g - kotlet pożyński (1a,3,9,10) 150g - ziemniaki 150g - surówka z czerwonej kapusty (3) 150g - woda z cytryną Dla wegetarian (6 osób): - zupa z pieczarkowa (7,9,10) 500g - kotlet sojowy (1a,3,9,10) 150g - ziemniaki 150g - surówka z czerwonej kapusty (3) 150g - woda z cytryną	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - sałatka grecka (7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - herbata z cytryną
czwartek 17.09.2026r.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - twaróg ze szczypiorkiem (7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - owoc - herbata z cytryną	- zupa kalafiorowa (7,9,10) 500g - ryba w panierce z płatkami migdałowymi (1a,3,8,7) 150g - ziemniaki 150g - kapusta kiszona na ciepło 150g - kompot z czarnej porzeczki Dla wegetarian (6 osób): - j.w.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - herbata z cytryną
Piątek 18.09.2026r.	- Pieczywo: chleb jasny, chleb ciemny (1a,1b), bulki mieszane (1a,1b,1d,11) - masło (7) 25g - szynka wieprzowa (9,10) 80g - ser żółty (7) 50g - kakao (7) 150g - papryka - pomidor - ogórek - sałata - owoc - herbata z cytryną	- zupa krem z dyni z grzankami żytnimi i pestkami dyni (1b,7,8,10) 500g - naleśniki ze szpinakiem (3,7) 300g - woda z cytryną Dla wegetarian (6 osób): - j.w.	Abdyliczyć koszt niewykorzystanego posiłku, nieobecność ucznia należy zgłosić najpóźniej do godziny 10:00 danego dnia, w którym posiłek ma być spożyty. Zgłoszenia dokonujemy : - telefonicznie pod nr 74 850-87-36 wew.20 lub 19 - e-mail na adres: b.wojakowska@mokreszow.edu.pl

Napoje przygotowywane zawierają nie więcej niż 5g cukru w 250ml produktu gotowego do spożycia.

Woda dostępna dla uczniów bez ograniczeń

Stołówka szkolna zastrzega sobie do sporadycznej zmiany jadłospisu . Spis alergenów w załączniku do jadłospisu