

- **PONIEDZIAŁEK 02.03.2026**

Barszcz biały z jajkiem, chleb krojony,
Makaron z truskawkami i śmietaną / Makaron z jabłkami i śmietaną
Sok 100 %.

Alergeny: 1. 3. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 59 g dla makaronu z truskawkami,
51 g dla makaronu z jabłkami)

- **WTOREK 03.03.2026**

Zupa jarzynowa, pieczywo mieszane,
Pyzy, surówka z marchewki i chrzanu
Kompot.

Alergeny: 1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 84 g)

- **ŚRODA 04.03.2026**

Zupa wiejska, pieczywo mieszane.
Kotlet mielony, marchewka z groszkiem, ziemniaki
Lemoniada.

Alergeny: 1.3.7.9.10.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 70 g)

- **CZWARTEK 05.03.2026**

Zupa z soczewicy, pieczywo mieszane,
Indyk w sosie śmietanowym, kasza bulgur, surówka z czerwonej kapusty
Woda z cytryną.

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 46 g)

- **PIĄTEK 06.03.2026**

Zupa kalafiorowa, pieczywo mieszane
Nugetsy rybne, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych,
Woda z cytryną.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzycza; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **PONIEDZIAŁEK 09.03.2026**

Zupa pomidorowa z makaronem,
Gulasz mięsny, kasza gryczana, surówka wielowarzynowa
Kompot

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 43 g dla cukinii z serem)

- **WTOREK 10.03.2026**

Kapuśniak z słodkiej kapusty, pieczywo mieszane,
Hamburger (bułka, sos, warzywa).
Kompot

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 59 g)

- **ŚRODA 11.03.2026**

Krem z białych warzyw, pieczywo mieszane,
Łazanki,
Woda z cytryną

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 25 g)

- **CZWARTEK 12.03.2026**

Zupa grochowa, pieczywo mieszane,
Leniwe z masłem i bułką tartą, owoc
Woda z cytryną

Alergeny:1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 78 g)

- **PIĄTEK 13.03.2026**

Zupa z zielonego groszku, chleb mieszany
Filet rybny panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty.
Kompot

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne –67 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **PONIEDZIAŁEK 16.03.2026**

Zupa brokułowa, pieczywo mieszane,
Makaron z szpinakiem i serem,
Sok 100 %.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

- **WTOREK 17.03.2026**

Rosół z makaronem,
Kotlet schabowy / drobiowy, ziemniaki, surówka z sałaty lodowej
Kompot

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 41 g)

- **ŚRODA 18.03.2026**

Barszcz czerwony z jajkiem, pieczywo mieszane,
Pulpety z indyka w sosie pomidorowy / pulpety wieprzowe, kasza jęczmienna, surówka
z pora i jabłka.
Lemoniada.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 56 g dla pulpetów z indyka, 61 dla pulpetów
wieprzowych)

- **CZWARTEK 19.03.2026**

Krem z dyni, pieczywo mieszane,
Zapiekana bagietka z kielbasą, pieczarkami i serem / pierogi ruskie z tłuszczem, surówka
wielowarzynowa.
Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 84 g dla pierogów, 61 g dla zapiekanki)

- **PIĄTEK 20.03.2026**

Krupnik jęczmienny, chleb mieszany
Ryba w cieście naleśnikowym, surówka z ogórków kiszonych, ziemniaki,
Kompot

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.

(II danie – węglowodany przyswajalne – 68 g)

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1.Zboża zawierające gluten (m.in. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz); 2.Skorupiaki; 3.Jaja; 4.Ryby; 5.Orzeszki ziemne (arachidowe); 6.Soja; 7.Mleko; 8.Orzechy (m.in. migdały, orzechy laskowe); 9.Seler; 10.Gorzyczka; 11.Nasiona sezamu; 12.Dwutlenek siarki i siarczyny; 13.Łubin; 14.Mięczaki oraz ich produkty pochodne. Szczegółowe informacje na temat składu poszczególnych posiłków oraz wartości odżywczej dostępne u dietetyka. Jadłospis może ulec zmianie

- **PONIEDZIAŁEK 23.03.2026**

Barszcz ukraiński, pieczywo mieszane,
Makaron z serem białym i tłuszczem
Sok 100 %.

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 49 g)

- **WTOREK 24.03.2026**

Zupa pomidorowa z makaronem,
Danie gyros, frytki, sos, surówka z sałaty lodowej z jogurtem.
Lemoniada.

Alergeny: 1. 3. 6. 7. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 44 g)

- **ŚRODA 25.03.2026**

Zupa z fasolki szparagowej, pieczywo mieszane,
Bigos z kapusty kiszonej z ziemniakami.
Woda z cytryną

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 58 g)

- **CZWARTEK 26.03.2026**

Zupa pieczarkowa z ziemniakami, pieczywo mieszane,
Bitki wieprzowe z ziemniakami, buraczki na ciepło
Woda z cytryną

Alergeny: 1. 3. 4. 6. 9. 10. 11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 44 g)

- **PIĄTEK 27.03.2026**

Zupa ogórkowa, chleb mieszany
Makaron tagiatelle z łososiem w sosie śmietanowym,
Kompot

Alergeny: 1.3.6.7.9.10.11.
(II danie – węglowodany przyswajalne – 61 g)