



MENU OBIADOWE NA PAŹDZIERNIK-SZKOŁA

od 01.10.2026 do 02.10.2026

28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa	01.10.2026 Czwartek	02.10.2026 Piątek
Zupa	Zupa	Zupa	Zupa Krem z cukinii z grzankami ziołowymi (1) i śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	Zupa Pomidorowa z makaronem i śmietaną na wywarze drobiowym (7,9)
II danie	II danie	II danie	II danie Wegetariańska fasolka po bretońsku w sosie pomidorowym, kolorowe mini kluski śląskie (3), ogórek kiszony	II danie Filet z miruny w panierce (1,3,4), gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki
II danie	II danie	II danie	II danie Polędwiczka z kurczaka w kukurydzianej panierce (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy	II danie Pierogi z serkiem waniliowym (1,7), słodka śmietana (7), surówka z marchewki i ananasa
Napój	Napój	Napój	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Woda niegazowana
			Podwieczorek Zawijaniec ze szpinakiem i serem feta (1,3,7)	Podwieczorek Koktajl mango lassi (7), połowa jabłka

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe)

6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki



MENU OBIADOWE NA PAŹDZIERNIK-SZKOŁA

od 05.10.2026 do 09.10.2026

05.10.2026 Poniedziałek	06.10.2026 Wtorek	07.10.2026 Środa	08.10.2026 Czwartek	09.10.2026 Piątek
Zupa Wegański krem ziemniaczano-porowy z gałką muszkatołową i prażonymi pestkami słonecznika (9)	Zupa Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze mięsnym (9)	Zupa Rosół drobiowy z warzywami makaronem i natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem z białej fasoli z jabłkiem i majerankiem na wywarze warzywnym (9)	Zupa Kalafiorowa na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem (9)
II danie Bogracz z mięsem wieprzowym i jesiennymi warzywami, kasza jęczmienna perłowa (1), surówka z buraczków	II danie Pancakes (1,3,7) z serkiem mango (7) i musem truskawkowo-bananowym	II danie Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z kapusty marchewki ogórka kiszzonego i pora	II danie Makaron penne razowy (1) w kremowym sosie serowo-śmietanowym (7) z różyczkami brokuła suszonymi pomidorami i cukinią posypany natką pietruszki	II danie Panierowane koreczki rybne z dorsza (1,3,4), pieczone małe ziemniaczki, domowy colesław (3,10)
II danie Rissotto z pieczarkami cukinią i tartym serem (7), wytrawna surówka z marchewki i selera (9)	II danie Strogonow wieprzowy z czerwoną papryką i pieczarkami, kasza bulgur (1), ogórek kiszony	II danie Wegetariańskie buritto z pełnoziarnistą tortillą fasolą i warzywami zapiekane z serem (1,7), pieczone ziemniaki	II danie Domowa shoarma drobiowa z udka kurczaka, ryż po turecku, surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą	II danie Pierogi leniwe (1,3,7) ze słodką śmietaną cynamonową (7) i prażonymi jabłkami
Napój Lemoniada malinowo-cytrynowa	Napój Woda niegazowana	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Lemoniada jabłkowa
Podwieczorek Jesienne crumble owocowe z kruszonką (1),	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Pudding chia na mleku z musem mango (7), marchew w słupkach	Podwieczorek Strucla z jabłkiem i cynamonem (1,3)	Podwieczorek Koktajl na jogurcie z gruszką i cynamonem (7)

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe)

6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki



MENU OBIADOWE NA PAŹDZIERNIK-SZKOŁA

od 12.10.2026 do 16.10.2026

12.10.2026 Poniedziałek	13.10.2026 Wtorek	14.10.2026 Środa	15.10.2026 Czwartek	16.10.2026 Piątek
Zupa Jarzynowa na wywarze drobiowym (9) z ziemniakami śmietaną i koperkiem (7)	Zupa Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniaczkami (9)	Zupa Krupnik z warzywami na wywarze mięsnym z kaszą jęczmienną (1,9)	Zupa Krem z żółtej soczewicy i marchewki na wywarze warzywnym (9) z grzankami ziołowymi (1)	Zupa Barszcz czerwony na wywarze warzywnym z koperkiem i kleksem śmietany (7,9)
II danie Delikatny gyros drobiowy ryż biały surówka koperkowa z kukurydzą lekki dip ogórkowy na jogurcie naturalnym (7)	II danie Spaghetti pełnoziarniste z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym i zielonym groszkiem posypane tartym serem gouda (1,7)	II danie Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy z cukinią (1,3,7), puree ziemniaczano-dyniowe z koperkiem (7), kapusta kiszona zasmażana z jabłkiem i majerankiem	II danie Naleśniki (1,3,7) z twarogiem waniliowym (7) i prażonym jabłkiem z cynamonem	II danie Filet z mintaja w panierce kukurydzianej (1,3,4), gotowane ziemniaczki z masłem i koperkiem (7), marchewka z groszkiem
II danie Gnocchi (1) w sosie pomidorowo-śmietanowym z pieczoną dynią i z serem mozzarella (7), groszek zielony glazurowany masłem (7)	II danie Jajko sadzone (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7) marchewki baby w glazurze miodowej	II danie Kotlet z ciecierzycy i kaszy jaglanej (3), dip jogurtowy (7), pieczone ziemniaki, sałatka z kapusty pekińskiej ogórka kiszzonego pomidora i papryki	II danie Pieczone pałki z kurczaka, domowy sos barbecue, ryż curry, surówka z białej kapusty pora marchewki i kukurydzy	II danie Placki ziemniaczane (1,3) z aromatycznym gulaszem węgierskim, kleks kwaśnej śmietany (7), ogórek kiszony
Napój Woda niegazowana	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Lemoniada jabłkowa	Napój Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Gruszka, wafelki z ciecierzycy 2 szt.	Podwieczorek Pizzerinka z serem (1,3,7), warzywo do chrupania	Podwieczorek Ciasteczko owsiane z żurawiną i bananem (1,3), śliwka	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z ananasek kokosem i żurawiną (1,3)

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe)

6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki



MENU OBIADOWE NA PAŹDZIERNIK-SZKOŁA

od 19.10.2026 do 23.10.2026

19.10.2026 Poniedziałek	20.10.2026 Wtorek	21.10.2026 Środa	22.10.2026 Czwartek	23.10.2026 Piątek
Zupa Krem z pieczonej papryki dyni i pomidora ze śmietaną roślinną i serem mozzarella (7,9)	Zupa Pomidorowa z ryżem jaśminowym i śmietaną na wywarze warzywnym (7,9)	Zupa Rosół drobiowy z warzywami makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Zupa Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty z ziemniakami na wywarze mięsnym (9)	Zupa Krem z kukurydzy (9) na wywarze warzywnym z grzankami (1)
II danie Pierogi z mięsem (1,7) okraszone cebulką, kleks kwaśnej śmietany (7), surówka z kiszonej kapusty i marchewk	II danie Kotlet schabowy panierowany (1,3), gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, zasmażane buraczki z cebulką	II danie Pieczony filet z dorsza (1,3,4), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z kiszonych ogórków i cebulki i jabłka	II danie Makaron świderki (1) w kremowym sosie pomidorowo-warzywnym z czerwoną soczewicą i tartą mozzarellą (7,9)	II danie Domowa shoarma drobiowa, ryż paraboliczny z warzywami, surówka z czerwonej kapusty i jabłka
II danie Kaszotto z warzywami i tartym serem (1,7)	II danie Lasagne ze szpinakiem serem feta i suszonymi pomidorami (1,3) zapiekana z serem żółtym (7), mix sałat z sosem vinegret (10)	II danie Knedle z morelą (3) i palonym masłem (7), sos śmietanowo-jogurtowy (7), surówka z marchewki	II danie Mini burger wieprzowy z marynowaną cebulką, pieczone ziemniaczki, sałata lodowa z pomidorem i ogórkiem zielonym	II danie Falafele z ciecierzycy z sosem jogurtowym (7), bułka pita (1), sałatka ze świeżych warzyw i zielonego ogórka
Napój Lemoniada jabłkowa	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Lemoniada rabarbarowa	Napój Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Jogurt naturalny z fruzeliną wiśniową i domowym crunchy (1,7)	Podwieczorek Ciasto jesienne z gruszkami jabłkami i kruszonką (1,3)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Drożdżowa bułeczka z szynką i pieczarkami (1,7), słupki marchewki	Podwieczorek Koktajl z owoców leśnych na jogurcie naturalnym (7), połowa banana

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe)

6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki



MENU OBIADOWE NA PAŹDZIERNIK-SZKOŁA

od 26.10.2026 do 30.10.2026

26.10.2026 Poniedziałek	27.10.2026 Wtorek	28.10.2026 Środa	29.10.2026 Czwartek	30.10.2026 Piątek
Zupa Krem z białych warzyw na wywarze warzywnym z grzankami razowymi (1,9)	Zupa Kalafiorowa z warzywami, śmietaną i makaronem (1,7,9) na wywarze warzywnym	Zupa Fasolowa z ziemniaczkami i majerankiem na wywarze mięsnym (9)	Zupa Ogórkowa na wywarze mięsnym (9) z ziemniakami koperkiem i śmietaną (7)	Zupa Krem z zielonych warzyw (9) z grzankami ziołowymi (1)
II danie Jesienne warzywnie leczo z ciecierzycą batatem cukinią i papryką (9), pyzy drożdżowe na parze (1,7), ogórek kiszony	II danie Chicken burger, pieczone ziemniaczki, sos tzatziki z koperkiem (7), colesław z czerwonej kapusty (3,10)	II danie Kluski leniwe twarogowe w sosie jogurtowo-truskawkowym (1,7), surówka z marchewki i jabłka	II danie Bitki ze schabu (1) w sosie własnym z duszoną cebulką, kasza gryczana, buraczki zasmażane z jabłkiem	II danie Paluszki rybne (1,3,4), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z białej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki
II danie Domowa carbonara z szynką i natką pietruszki (1,3,7), makaron farfalle (1), blanszowany mix kolorowych warzyw	II danie Kopytka (1,3) w sosie brokułowo-śmietanowym (7), pieczona marchewka z dynią	II danie Kotlet a la de volaille z mielonego fileta drobiowego z serem (1,3,7), puree ziemniaczane z koperkiem (7), domowy colesław (3,10)	II danie Burger z ciecierzycy i buraka z sezamem (3,11), frytki z pieczonych ziemniaków, dip jogurtowy (7), surówka koperkowa	II danie Roladka drobiowa z warzywami i żółtym serem (3,7), w delikatnym sosie koperkowym (7), ryż paraboliczny z kurkumą, surówka z buraczków
Napój Lemoniada cytrynowa	Napój Kompot wieloowocowy	Napój Woda niegazowana	Napój Lemoniada jabłkowa	Napój Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl na jogurcie z bananem i truskawką (7)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Paluch drożdżowy z serem (1,7)	Podwieczorek Ciasto na maślanie ze śliwkami i kruszonką (1,3,7),	Podwieczorek Serek homogenizowany naturalny (7), jabłko

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe)

6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki