



Jadłospis na październik 2026r.

UWAGA! Propozycje obiadów mogą ulec zmianie z przyczyn niezależnych od szkoły

DATA	Obiad	DATA	Obiad
Czwartek 01/10/2026	Zupa zacierkowa z warzywami -300ml Gołąbki w sosie pomidorowym (vege:kapusta z klopsikami warzywnymi w pomidorach) – 150g, ziemniaki – 120g, papryka do pochrupania – 70g, woda z miętą i cytryną– 200ml, gruszka - 110g (1,2,3,5)	Środa 07/10/2026	Zupa kapuśniak na wędzonce - 300ml Racuchy z jabłkiem i cukrem pudrem (dieta: placki kukurydziane z jabłkiem) - 270g, kompot – 200ml, banan - 100g (1,2,3,5)
Piątek 02/10/2026	Zupa kalafiorowa z ziemniakami -300ml Łosoś zapiekany w ziołach – 100g, kasza kus-kus z masłem – 150g, surówka z kiszonej kapusty - 100g kompot – 200ml, jabłko – 100g (1,2,4,5)	Czwartek 08/10/2026	Zupa z soczewicy z ziemniakami - 300ml Strogonow z indyka (vege: z fasoli czerwonej) – 120g, kasza gryczana- 150g, surówka wielowarzywna – 100g, lemoniada – 200ml, chipsy jabłkowe - 100g (1,2,5)
Poniedziałek 05/10/2026	Zupa słoneczna z gwiazdkami -300ml Cepelinki z soczewicą i grzybami leśnymi z cebulką (dieta: pyzy) - 270g, surówka z ogórków kiszonych z papryką - 100g, kompot – 200ml, mandarynka - 100g (1,2,3,5)	Piątek 09/10/2026	Zupa krupnik jęczmienny (dieta: jaglany) -300ml Okoń z pieca w sosie koperkowym – 100g, ziemniaki - 150g, surówka z kiszonej kapusty - 100g, kompot - 200ml, jabłko– 10=10g (1,2,4,5)
Wtorek 06/10/2026	Zupa pomidorowa z ryżem -300ml Kotlet schabowy (vege: sznycel roślinny) – 100g, ziemniaki – 150g, surówka z kapusty – 100g, herbatka zielona – 200ml, gruszka - 110g (1,2,3,5)	Poniedziałek 12/10/2026	Zupa ogórkowa z ziemniakami -300ml Fasolowy kociółek z dynią i cukinią - 150g, ryż -150g, marchewka do pochrupania – 70g, kompot-200 ml, pomarańcza -100g (1,2,5,9)

DATA	Obiad	DATA	Obiad
Wtorek 13/10/2026	Zupa krem z białych warzyw z grzankami-300ml Kotlet pożarski (vege: z grochu) – 100g, ziemniaki - 150g, marchewka w sosie maślanym– 100g, herbatka owocowa – 200ml, gruszka – 110g (1,2,3,5)	Środa 21/10/2026	Zupa szczawiowa z jajkiem i z ziemniakami -300ml Pierogi ruskie (dieta kluski śląskie) – 270g, surówka colesław – 100g, kompot – 200ml, banan – 100g (1,2,3,5)
Czwartek 15/10/2026	Barszczyk ukraiński z ziemniakami -300ml Bitka z indyka w sosie własnym (vege: burger z fasoli) – 110g, kopytka – 150g, surówka z czerwonej kapusty– 100g, lemoniada – 200ml, winogrona – 100g (1,2,5)	Czwartek 22/10/2026	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną -300ml Stek wieprzowy z cebulką (vege: falafelki)- 100g, ziemniaki – 150g, surówka z buraczków – 100g, napój owocowy – 200ml, mandarynka -100g (1,2,3,5,9)
Piątek 16/10/2026	Zupa ryżanka -300ml Ravioli z łososiem i mascarpone w sosie włoskim -270g, sałatka grecka - 80g, kompot -200ml, jabłko - 120g (1,2,3,4,5)	Piątek 23/10/2026	Zupa neapolitanka z makaronem – 300ml Mintaj z pieca w ziołach - 100g, ziemniaki – 150g, surówka z kiszanej kapusty – 100g, kompot – 200ml, jabłko– 100g (1,2,3,4,5)
Poniedziałek 19/10/2026	Zupa ziemniaczana z warzywami -300ml Fasolka z kukurydzą w stylu tex-mex - 220g, chlebek Naan – 90g, papryka do pochrupania – 70g, kompot – 200ml, jogurt pitny – 250g (1,2,3,5)	Poniedziałek 26/10/2026	Zupa europejska z ziemniakami -300ml Spaghetti z klopsikami roślinnymi w sosie bolońskim– 270g, mix sałat z sosem vinegrette - 70g, kompot– 200ml, pomarańcza – 100g (1,2,3,5,9)
Wtorek 20/10/2026	Zupa dyniowa z kluseczkami -300ml Kotlet de volaille – 125g, ziemniaki – 150g, surówka z kapusty pekińskiej - 100g, lemoniada -200ml, jabłko - 120g (1,2,3,5)	Wtorek 27/10/2026	Zupa z włoskich pomidorów z orzo -300ml Udka kurczaka pieczone (fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą) – 110g, ziemniaki – 150g, mizeria - 100g, lemoniada – 200ml, gruszka - 120g (1,2,3,5)

DATA	Obiad	DATA	Obiad
<i>Środa</i> 28/10/2026	Zupa leczo z kiełbasą -300ml Naleśniki z serem i polewą śmietanowo – jogurtową – 270g (dieta: makaron bezglutenowy z owocami), kompot– 200ml, banan – 100g (1,2,3,5)	<i>Piątek</i> 30/10/2026	Zupa warzywna z lanymi kluskami -300ml Filet z dorsza w chrupiącej panierce – 110g, ziemniaki - 150g – 100g, surówka z pomidora ze szczypiorkiem i sałata rzymską – 100g, kompot– 200ml, jabłko- 100g (1,2,3,4,5)
<i>Czwartek</i> 29/10/2026	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami -300ml Bigos myśliwski z mięsem i kiełbasą (vege: kapusta zasmażana) – 300g, pieczywo mieszane – 100g, woda z miętą i cytryną– 200ml, mus owocowy- 100g (1,2,3,5)	Do przygotowania posiłków używane są przyprawy: pieprz, ziele angielskie, lubczyk, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylia, zioła prowansalskie, papryka słodka, pieprz ziołowy, mieszanki przyprawowe. Zgodnie z informacjami od producentów mogą one zawierać śladowe ilości: glutenu, mleka, jaj, soi, selera i gorczycy.	

21 dni x 7,00 zł = 147 zł proszę wpłacać w nieprzekraczalnym terminie do 30 września 2026r. na konto:

37 1030 1508 0000 0005 038 8073

Tytuł przelewu: **identyfikator dziecka ID.???.**, *imię, nazwisko dziecka, klasa i ew. dni wyłączone z żywienia (np. bez poniedziałków)*

Sposób wpisywania identyfikatora – w tytule przelewu wpisujemy ID stawiamy kropkę wpisujemy numer stawiamy kropkę. Przykład ID.36.

W PRZYPADKU RODZEŃSTWA, PRZELEW WYKONUJEMY OSOBNO DLA KAŻDEGO Z DZIECI.