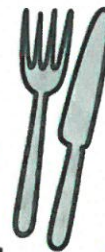




Dobre jedzenie
= lepszy dzień!

Nasze szkolne obiadki

Smacznie, zdrowo, z uśmiechem!



W TYM TYGODNIU
NA TALERZU:

SMAK
ENERGIA

DOBRE SAMOPOCZUCIE

05.10.2026
Poniedziałek

- Pieczeń z karkówki w sosie własnym
- Kasza kuskus perlowa, Ogórek kiszony
- Kompot wiśniowy, Marchewka do pochrupania

Alergeny: 1, 7



06.10.2026
Wtorek

- Klopsiki warzywne w sosie pomidorowym
- Makaron pełnoziarnisty, Brokuł na parze
- Lemoniada z cytryną i miętą

Alergeny: 1, 3, 6



07.10.2026
Środa

- Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym z ziarnami słonecznika
- Pyrka z gzikim ze szczypiorkiem i rzodkiewką
- Woda, Kalarepka do pochrupania

Alergeny: 1, 7



08.10.2026
Czwartek

- Risotto – warzywa z kurczakiem
- Ryż paraboliczny, Sok jabłkowy 100% naturalny
- Bob Snail rolls owocowy

Alergeny: 1, 7



09.10.2026
Piątek

- Kapuśniak na wyw. warzywnym
- Łosoś w chrupiącej panierce, Talarki z ziemniaków
- Surówka wiejska, Kompot śliwkowy

Alergeny: 2,3,4, 6,7,9,10



ALERGENY:

1 – zboża, 2 – skorupiaki, 3 – jaja, 4 – ryby, 5 – orzeszki ziemne, 6 – soja,
7 – mleko, 8 – orzechy, 9 – seler, 10 – gorczyca, 11 – sezam,
12 – dwutlenek siarki i siarczany, 13 – tubin, 14 – mięczaki

DZIENNE SOLI DLA SZKOŁY
NIE WIĘCEJ NIŻ 5g.

Smacznego! 😊