



JADŁOSPIS tydzień I

| | ŚNIADANIE | | NAPÓJ (250ml) | ZUPA (250/300ml) | | DRUGIE DANIE | DANIE WEGETARIAŃSKIE | | NAPÓJ (200ml) | PODWIECZOREK | |
|---|--|------------------|-------------------|------------------|--------|--|---|-------------|----------------|---|--------|
| ŚRODA (01-04-2026) | Jajecznicą na maselku (chleb wielozłazny,masło, szczypiorek) szwedzki stół warzywny (100;80;5;10;100) | 1 3 7 9 | Herbata z cytryną | Pieczarkowa | 6 9 | Makaron z truskawkami, surówka z marchewki na słodko M(90;150;150g) | Makaron penne z sosem Naponi, surówka z kapusty peklińskiej M:(200,150g) | 1 3 7 | Kompot owocowy | Herbatniki, mus owocowy | 3 7 |
| <p>1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 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 z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki</p> <p>*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wfiem Co Jem.</p> | | | | | | | | | |  <p>PBGastro Pewność i zaufanie</p> | |

JADŁOSPIS tydzień II

| | SNIADANIE | NAPOJ (250ml) | ZUPA (250/300ml) | DRUGIE DANIE | DANIE WEGETARIAŃSKIE | NAPOJ (200ml) | PODWIECZOREK |
|--|--|-------------------|--|---|--|----------------|---|
| CZWRTEK (09-04-2026) | Kanapka z pastą twarogową (pieczywo wieloziarniste, pasta twarogowa z białego sera, rzodkiewki i szczypiorku), szwedzki stół warzywny (70;50;100g) | Herbata owocowa | Krupnik staropolski z kaszą jęczmienną | Sos bolognese z makaronem spaghetti posypany złotym serem, surówka coleslaw M: (240,150g) | Makaron trzy kolory w sosie brokułowo - serowym M: (240g) | Kompot owocowy | Domowy kisiel owocowy, herbatniki (250ml;15g) |
| PIĄTEK (10-04-2026) | Kanapka z jajkiem (chleb słonecznikowy, jajko, szczypiorek) szwedzki stół warzywny (70;50;30;10;5;100g) | Herbata z cytryną | Krem z białych warzyw | Koreczki rybne z pieca, podawane z ziemniaki, surówka z kapusty kiszzonej M:(70,80,100g) | Kotlet jajeczny, ziemniaki tłuczone, surówka z pomidorów ze szczypiorkiem M:(90,100,150g) | Napar owocowy | Gofry z cukrem pudrem, owoc sezonowy. (150,150g) |
| <p>1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 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 z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne 10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki</p> <p>*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.</p> | | | | | | |  |

JADŁOSPIS tydzień III

| | ŚNIADANIE | | NAPÓJ (250ml) | ZUPA (250/300ml) | | DRUGIE DANIE Małe / Duże | DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże | | NAPÓJ (200ml) | PODWIECZOREK | |
|------------------------------|--|--------------------|-------------------|--------------------------------------|-----------------------|---|---|------------------------|---|--|-------------|
| PONIEDZIAŁEK (13-04-2026) | Kanapka z pasztetem i pomidorem (chleb wieloziarnisty, masło, pasztet) szwedzki stół warzywny (70;5;30;35;100g) | 1 3 5- 13 | Herbata z cytryną | Zupa z zielonego groszku i marchewki | 1 3 6 7 9 | Sos mięsno-pieczarkowy z kaszą bulgur, mix fasolki szparagowej M:(90;150;150g) | Makaron penne a'la Forno z serem mozzarella M: (240g) | 1 3 7 9 | Kompot owocowy | Warkocz francuski z sałsa pomidorową (190,10g) | 1 2 7 |
| WTOREK (14-04-2026) | Racuszki (80g) ze świeżo krojonymi owocami sezonowymi (40g) | 1 3 7 | Kakao | Barszcz czerwony z ziemniakami | 1 3 6 7 9 | Nadziewany serem kotlet mielony, ziemniaki z wody z natką pietruszki, marchewka z groszkiem M:(70,80,100g) | Kotlet warzywny, ziemniaki z wody posypane natką pietruszki, marchewka z groszkiem M:(100,120g) | 1 3 6 7 9 | Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem | Salatka owocowa (150g) | |
| ŚRODA (15-04-2026) | Jajecznica na masełkuz szynką i szczypiorkiem (chleb wieloziarnisty, masło, szczypiorek, wędlina) szwedzki stół warzywny (100;80;5;10;100) | 1 3 7 9 | Herbata | Kapuśniak z białej kapusty | 1 3 6 7 9 | Udziki duszone w sosie własnym makaron penne, surówka kolorowa (z kapusty czerwonej i białej) M:(100,80,120g) | Spaghetti z suszonymi pomidorami w sosie szpinakowym M: (240g) | 1 3 7 9 | Kompot owocowy | Placki z jabłkiem (100g) | 1 3 7 |
| CZWARTEK (16-04-2026) | Kanapka z kielbasą krakowską (pieczywo wieloziarniste, masło, kielbasa krakowska), szwedzki stół warzywny (80;5;40;10g) | 1 3 5- 13 | Napar owocowy | Ogórkowa | 1 3 6 7 9 | TEST NOWEGO DANIA Spaghetti z czerwoną soczewicą, surówka colesław M:(100,140,150g) | Kaszotto z ciecierzycą i warzywami, buraczki na ciepło M: (120,80,100g) | 1 3 7 9 | Herbata miętowa | Kanapka z żółtym serem | 1 3 7 |
| PIĄTEK | Kanapka z żółtym serem (bułka biała, masło, ser żółty), szwedzki stół warzywny (250ml;40;5;25;100g) | 1 5- 13 | Herbata miętowa | Jarrzynowa | 1 6 7 9 | Puszyste pancakes z owocowym sosem, surówka z marchewki na słodko M:(70,80,100g) D:(90,100,120g) | Cukinia z pieca faszzerowana warzywami zapiekana z żółtym serem M:(350g) | 1 3 7 9 10 | Napar owocowy | Kolorowa galaretka z owocem sezonowym (200g) | |

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 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 z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.

JADŁOSPIS tydzień IV

| | ŚNIADANIE | | NAPÓJ (250ml) | ZUPA (250/300ml) | | DRUGIE DANIE Małe / Duże | DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże | | NAPÓJ (200ml) | PODWIECZOREK | |
|------------------------------|--|------------------------|-------------------|--------------------------------|-----------------------|--|---|-----------------------|---|---|------------------|
| PONIEDZIAŁEK (20-04-2026) | Owsianka z rodzynkami (250g) Kanapka z miodem (bułka biała, masło, miód) (30;150;40;5;12g) | 1 7 | Herbata z cytryną | Kalafiorowa z ziemniakami | 1 7 9 | Gyros z udźca indyka z sosem tzatziki, makaron,surówka szwedzka M:(100,80,150g) | Makaron z sosem pomidorowym w ziołach, surówka sezonowa M:(240,150g) | 1 3 6 7 9 | Kompot owocowy | Domowa pizza z dodatkami (150,50g) | 1 7 |
| WTOREK (21-04-2026) | Kiełbaska zapiekana z serem żółtym (bułka kajzerka z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny (40;65;5;10;10;100g) | 1 6 7 9 10 | Herbata miętowa | Pomidorowa z makaronem | 1 6 9 | Rumszytk wieprzowy z cebulką, ziemniaki posypane koperkiem, brokuły z masłem i ziołami M:(70,100,150g) | Bitki sojowe w sosie paprykowym, kasza kuskus, bukiet warzyw gotowanych na parze M:(100,140,150g) | 1 3 6 7 9 | Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem | Jogurt naturalny z posypką musli (250g) | 1 7 |
| ŚRODA (22-04-2026) | Trójkąciki pszenne z serem żółtym (ser żółty, sos pomidorowy) szwedzki stół warzywny (70;40g;25ml;100g) | 1 5- 13 | Kakao | Ryżanka z koperkiem | 3 6 7 9 | Kurczak pieczony z pieczą podawany z ziemniakami oraz gotowaną marchewką baby M:(100,80,150g) | Czerwona papryka faszerowana twarogiem, kasza bulgur z natką pietruszki i oliwą M(350g) | 1 3 6 7 9 | Kompot owocowy | Herbatniki, owoc sezonowy | 3 |
| CZWARTEK (23-04-2026) | Kanapka z polędwicą sopocką (bułka biała,masło, polędwica sopocka) szwedzki stół warzywny (60;5;25;100g) | 1 7 9 | Herbata | Wiejska | 6 7 9 | Duszona wieprzowina w sosie własnym,z makaronem penne, podawana z mizerią na sałacie M:(70,100,150g) | Zapiekanka warzywna z kolorowym makaronem zapiekana z żółtym serem M: (230;15g) | 1 3 7 9 | Herbata miętowa | Naleśniki z serem białym i polewą malinową (150g) | 1 3 6 7 |
| PIĄTEK (24-04-2026) | Jajko na twardo z domowym sosem majonezowym (bułka wrocławska, jajko, majonez, jogurt naturalny, ser żółty), szwedzki stół warzywny (100;65;50;5;10;15;100g) | 1 3 7 9 | Herbata owocowa | Krem z soczewicy z kluseczkami | 1 3 6 7 9 | Panierowany filet z ryby, ziemniaki z wody, surówka z kiszonej kapusty M:(70,100,150g)/D: (100,120,150g) | Kotlet z marchewki z ryżem, warzywa na parze M:(100,80,80g) | 1 3 4 7 9 | Napar owocowy | Wafle ryżowe, mus owocowy (15,150g) | |

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 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 z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne

10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.

JADŁOSPIS tydzień V

| | SNIADANIE | | NAPÓJ (250ml) | ZUPA (250/300ml) | | DRUGIE DANIE | DANIE WEGETARIANSKIE | | NAPÓJ (200ml) | PODWIECZOREK | |
|------------------------------|---|------------------------|-----------------|--------------------------------------|-----------------------|---|---|------------------------|---|---|-------------|
| PONIEDZIAŁEK (27-04-2026) | Twarożek na słodko z kawałkami brzoskwini (bułka biała, masło, ser twarogowy półtłusty, jogurt naturalny, brzoskwinia) (65;5;60;30;40g) | 1 3 7 | Herbata owocowa | Pieczarkowa z ziemniakami | 1 6 7 9 | Meatballsy w sosie pomidorowy, kasza kuskus, surówka ze świeżego selera M:(70,100,120g) | Medaliony z kalafiora z parmezanem oraz pestkami dyni, surówka ze świeżego selera M:(100,150g) | 1 3 7 9 11 | Kompot owocowy | Serek homogenizowany, owoc sezonowy (150;150g) | 7 |
| WTOREK (28-04-2026) | Frankfurterka wieprzowa (bułka graham z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny (40;65;5;10;10;100g) | 1 6 7 9 10 | Herbata owocowa | Barszcz ukraiński | 1 6 7 9 | Pierozki mięsne okraszone słoninką, surówka z ogórka kiszzonego, papryki, marchewki i świeżych warzyw M:(140,100g) | Faszerowana cukinia z kaszą kuskus i warzywami M:(290g) | 1 3 7 9 | Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem | Naleśniki z owocami i polewą czekoladową (150g) | 1 3 7 |
| ŚRODA (29-04-2026) | Kasza manna na mleku z polewą malinową, Kanapka z polędwicą sopocką (bułka biała, masło, polędwica sopocka), szwedzki stół warzywny (250ml:40;5;25;100g) | 1 5- 13 | Herbata | Żurek z kiełbasą | 1 3 6 9 | Kotlet schabowy, ziemniaki tłuczone, surówka z marchewki i pora M:(70,100,100g)/D: (90,120,120g) | Kotlet jajeczny, ziemniaki tłuczone,surówka z pomidorów ze szczypiorkiem M:(90,100,150g) | 1 3 6 7 9 | Kompot owocowy | Wafle ryżowe Sante z polewą , owoc sezonowy (150g) | |
| CZWARTEK (30-04-2026) | Kanapka z szynką konserwową (pieczywo pszenno-żytnie, masło, szynka konserwowa), szwedzki stół warzywny (70;5;40;100g) | 1 5- 13 | Kakao | Domowy rosół z makaronem i marchewką | 1 3 6 7 9 | Sos słodko-kwaśny z kurczakiem, ryż, surówka chińska M:(70,100,120g) | Paella wegetariańska, mieszana surówka pekińska z sosem jogurtowym M(160;150g) | 1 3 7 9 | Herbata miętowa | Smoothie bananowe , wafle owsiane (150ml;12g) | 1 7 |

1.Zboża zawierające gluten 2.Skorupiaki 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 z drzew orzechowych 9.Seler i produkty pochodne
10.Gorczyca i produkty pochodne 11.Nasiona sezamu i produkty pochodne 12.Dwutlenek siarki 13.Łubin 14.Mięczaki

*Gramatura posiłków zgodna z wytycznymi wydanymi przez miasto Warszawa opracowanymi na podstawie Stanowiska Komitetu Nauki o Żywieniu Człowieka Polskiej Akademii Nauk w sprawie posiłków szkolnych i nowych standardów żywienia w szkołach. Wiem Co Jem.