

# JADŁOSPIS

## Menu podstawowe

04.05.2026 - 10.05.2026

poniedziałek  
04.05

**zupa I:** Pomidorowa z ryżem - koncentrat pomidorowy 30% (0g), śmietanka kremowa 30% (0g), włoszczyzna (0g) (7, 9) - 0 kcal

**II danie mięsne:** Gulasz cielęcy z warzywami - ; Makaron penne - - 0 kcal

**II danie mięsne powiększone:** Gulasz cielęcy z warzywami - ; Makaron penne - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie:** Makaron w sosie śmietanowo-szpinakowym z serem mozzarella - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie powiększone:** Makaron w sosie śmietanowo-szpinakowym z serem mozzarella - - 0 kcal

wtorek  
05.05

**zupa I:** Ogórkowa - śmietanka kremowa 30% (0g), ogórek kiszony (0g), włoszczyzna (0g) (7, 9) - 0 kcal

**II danie mięsne:** Kotlet schabowy - ; Ziemniaki gotowane z koperkiem - ; Mizeria - śmietana 18% (0g) (7) - 0 kcal

**II danie mięsne powiększone:** Kotlet schabowy - ; Ziemniaki gotowane z koperkiem - ; Mizeria - śmietana 18% (0g) (7) - 0 kcal

**II danie wegetariańskie:** Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem - ; Śmietanka waniliowa - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie powiększone:** Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem - ; Śmietanka waniliowa - - 0 kcal

środa  
06.05

**zupa I:** Zupa krem - - 0 kcal

**II danie mięsne:** Kotlet mielony - bułka tarta (0g), białko jaja kurzego (0g); Ziemniaki gotowane - ; Marchewka z groszkiem na ciepło - (1, 3) - 0 kcal

**II danie mięsne powiększone:** Kotlet mielony - bułka tarta (0g), białko jaja kurzego (0g); Ziemniaki gotowane - ; Marchewka z groszkiem na ciepło - (1, 3) - 0 kcal

**II danie wegetariańskie:** Spaghetti napoli - koncentrat pomidorowy 30% (0g); Parmezan - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie powiększone:** Spaghetti napoli - koncentrat pomidorowy 30% (0g); Parmezan - - 0 kcal

czwartek  
07.05

**zupa I:** Brokułowa - śmietanka kremowa 30% (0g), brokuły (0g), włoszczyzna (0g) (7, 9) - 0 kcal

**II danie mięsne:** Roladka wieprzowa - ; Kasza jęczmienna - ; Sałatka ze świeżych warzyw - - 0 kcal

**II danie mięsne powiększone:** Roladka wieprzowa - ; Kasza jęczmienna - ; Sałatka ze świeżych warzyw - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie:** Naleśniki z dżemem - ; Śmietanka waniliowa - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie powiększone:** Naleśniki z dżemem - ; Śmietanka waniliowa - - 0 kcal

piątek  
08.05

**zupa I:** Rosół z makaronem - włoszczyzna (0g), kurczak tuszka (0g) (9) - 0 kcal

**II danie mięsne:** Dorsz w cytrynowej tempurze - mąka żytnia typ 2000 (0g), białko jaja kurzego (0g), mleko spożywcze 2% (0g), sok z cytryny (0g); Ziemniaki gotowane z koperkiem - ; Surówka z kapusty kiszzonej - marchew (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

**II danie mięsne powiększone:** Dorsz w cytrynowej tempurze - mąka żytnia typ 2000 (0g), białko jaja kurzego (0g), mleko spożywcze 2% (0g), sok z cytryny (0g); Ziemniaki gotowane z koperkiem - ; Surówka z kapusty kiszzonej - marchew (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

**II danie wegetariańskie:** Makaron z białym serem i truskawkami - - 0 kcal

**II danie wegetariańskie powiększone:** Makaron z białym serem i truskawkami - - 0 kcal

**SZKOŁA PODSTAWOWA NR 210 IM. BOHATERÓW PAWIAKA**