



PLACÓWKA:

SP KRAJEWSKIEGO – dieta wegetariańska

DATA:

04 – 15.05.2026r.

OBIAD

Poniedziałek 04.05	Zupa kalafiorowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Spaghetti z sosem bolońskim z soją (zawiera: pszenicę, soję) 220g, ogórek kiszony 80g Woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.	Poniedziałek 11.05	EGZAMINY
Wtorek 05.05	Krem porowo - serowy z grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 350ml Kotlet sojowy w panierce (zawiera: jaja, pszenicę, soję) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, sałata ze śmietaną (zawiera: mleko) 80g, kompot wielooowocowy (truskawka, porzeczka, jabłko 200ml, owoc 1 szt.	Wtorek 12.05	
Środa 06.05	Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Ciecierzycza w sosie słodko - kwaśnym 150g, ryż paraboliczny 150g, surówka z kapusty pekińskiej 40g, woda z pomarańczą) 200ml, owoc 1 szt.	Środa 13.05	
Czwartek 07.05	Krem warzywny z soczewicą i grzankami (zawiera: seler, pszenicę, żyto) 350ml Kopytka z białym serem i bułka tartą (zawiera: pszenicę, żyto, mleko, jaja) 220g, surówka z marchewki i jabłka 40g, kompot gruszkowy 200ml, owoc 1 szt.	Czwartek 14.05	
Piątek 08.05	Bulion warzywny z makaronem (zawiera: seler, pszenicę) 350ml Jajko sadzone (zawiera: jaja) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, surówka z kiszonej kapusty 80g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.	Piątek 15.05	
			Zupa jarzynowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Gulasz wegetariański z soczewicą 150g, kasza jęczmienna (zawiera: jęczmień) 150g, sałata lodowa z kukurydzą i winegret (zawiera: gorczycę) 80g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.
			Zupa fasolowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, jaja) 350ml Pampuchy drożdżowe (zawiera: pszenicę, mleko, jaja) 3szt., polewa truskawkowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z sezamem (zawiera: sezam) 40g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską**



PLACÓWKA:

SP KRAJEWSKIEGO – dieta wegetariańska

DATA:

18–29.05.2026r.

OBIAD	
<p>Poniedziałek 18.05</p> <p>Zalewajka z ziemniakami i majerankiem (zawiera: seler, pszenicę, żyto, mleko) 350ml Penne z sosem neapolitańskim z mozzarellą (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, zielona fasolka szparagowa na parze 40g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.</p>	<p>Poniedziałek 25.05</p> <p>Zupa ogórkowa z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę, mleko) 350ml Sos meksykańskim z czerwoną fasolą 150g, ryż paraboliczny 150g, surówka z kapusty pekińskiej 40g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.</p>
<p>Wtorek 19.05</p> <p>Kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami (zawiera: seler, pszenicę) 350ml Knedlik drożdżowy (zawiera: pszenicę, jaja) z sosem pieczarkowym (zawiera: pszenicę, mleko) 130/100g, sałatka z buraczków 80g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka, jabłko) 200ml, owoc 1 szt.</p>	<p>Wtorek 26.05</p> <p>Zupa brokułowo - serowa z mini makaronem (zawiera: mleko, seler, pszenicę) 350ml Kotlet sojowy w panierce (zawiera: jaja, pszenicę, soję) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, mizeria (zawiera: mleko) 80g, kompot jabłkowy 200ml, owoc 1 szt.</p>
<p>Środa 20.05</p> <p>Krem z białych warzyw z grzankami (zawiera: seler, mleko, pszenicę, żyto) 350ml Nugetssy wegańskie (zawiera: pszenicę, soję) 80g, ziemniaki puree 150g, sałata z rzodkiewką i dipem jogurtowo – szczypiorkowym (zawiera: mleko) 80g, kompot truskawkowy 200ml, owoc 1 szt.</p>	<p>Środa 27.05</p> <p>Krupnik jęczmienny z świeżym lubczykiem (zawiera: jęczmień, seler) 350ml Kotlet z soczewicy (zawiera: pszenicę, jaja) 80g, ziemniaki 150g, surówka z młodej kapusty z koperkiem 80g, woda z pomarańczą 200ml, owoc 1 szt.</p>
<p>Czwartek 21.05</p> <p>Zupa jarzynowa z cukinią (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Klopsiki wegańskie w sosie pomidorowym (zawiera: pszenicę, soję) 80/80g, kasza gryczana 150g, surówka z białej kapusty z jabłkiem i porem (zawiera: mleko) 40g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.</p>	<p>Czwartek 28.05</p> <p>Botwinka z jajkiem i ziemniakami (zawiera: seler, mleko, pszenicę) 350ml Makaron z serem (zawiera: pszenicę, mleko) 220g, polewa jogurtowo – truskawkowa (zawiera: mleko) 80ml, surówka z marchewki z pestkami dyni 40g, kompot wieloowocowy (truskawka, porzeczka), owoc 1 szt.</p>
<p>Piątek 22.05</p> <p>Zupa pomidorowa z ryżem (zawiera: seler, mleko) 350ml Kotlet jajeczny (zawiera: jaja, pszenicę) 80g, ziemniaki 150g, surówka z kiszanej kapusty 80g, woda z pomarańczą 200ml, owoc 1 szt.</p>	<p>Piątek 29.05</p> <p>Krem pomidorowy z grzankami (zawiera: pszenicę, żyto, mleko, seler) 350ml Nugetssy wegańskie (zawiera: pszenicę, soję) 80g, ziemniaki z koperkiem 150g, bukiet warzyw na parze (mini marchew, kalafior) 80g, woda z cytryną 200ml, owoc 1 szt.</p>

Pogrubioną czcionką **oznaczono alergeny** zgodnie z *Rozporządzeniem 1169/2011*. W zakładzie produkcyjnym używa się: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, nasiona sezamu, orzechy. Każda potrawa może zawierać wyżej wymienione alergeny. Podczas wydawania posiłków do wybranej surówki dostępne są dla dzieci ziarna tkj. (słonecznik, dynia i siemię lniane). Firma Horyzonty Smaku zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych.

Opracowano przez: dietetyk **Olę Będzińską**