

# Zestaw jadłospisów na marzec 2025 dla SSP 101

poniedziałek, 3.03

## Zupa

KRUPNIK



KREM Z MARCHEWKI



## II danie

MAKARON Z KURCZAKIEM W

SOSIE SZPINAKOWYM

POSYPANE SEREM CORREGIO +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z

WARZYWAMI I SEREM

MOZZARELLA



PLACKI WARZYWNE Z SOSEM

TATARSKIM + SURÓWKA Z

CZERWONEJ KAPUSTY



## Deser

MUFFINKA BANANOWA



Napój (do obiadu)

HERBATA CYTRYNOWA

wtorek, 4.03

## Zupa

PIECZARKOWA



KAPUŚNIAK ZE SŁODKIEJ

KAPUSTY



## II danie

SCHAB W SOSIE

PIECZENIOWYM + KASZA

GRYCZANA + SURÓWKA Z

MARCHEWKI I BRZOSKWINI



PIEROGI Z TWAROGIEM, SOS

JOGURTOWO-WANILIOWY +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z

SZPINAKIEM I MOZZARELLĄ +

SURÓWKA Z MARCHEWKI I

BRZOSKWINI



## Deser

WAFLE Z MASĄ

CZEKOLADOWĄ



Napój (do obiadu)

KOMPOT TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY

środa, 5.03

## Zupa

POMIDOROWA Z RYŻEM



SZCZAWIOWA Z JAJKIEM



## II danie

PULPECIKI RYBNE W SOSIE

KOPERKOWYM + MAKARON

ŚWIDERKI + WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"



NALEŚNIKI MEKSYKAŃSKIE

ZAPIEKANE POD BESZAMELEM I

SEREM + SURÓWKA Z

MARCHEWKI I JABŁKA



PIEROGI WIEJSKIE OKRASZONE

CEBULĄ + SURÓWKA Z

MARCHEWKI I JABŁKA



## Deser

MANDARYNKI

Napój (do obiadu)

LEMONIADA JABŁKOWO-

GRUSZKOWA

czwartek, 6.03

## Zupa

ROSÓŁ Z MAKARONEM,

NATKA PIETRUSZKI



KREM SEROWO-PIECZARKOWY



## II danie

GOŁĄBKI "BEZ ZAWIJANIA" W

SOSIE POMIDOROWYM +

ZIEMNIAKI "Z WODY" Z

KOPERKIEM + BURACZKI



KOTLETY Z SOCZEWICY Z

SOSEM TZATZIKI + ZIEMNIAKI

"Z WODY" Z KOPERKIEM +

BURACZKI



RYŻ Z KURCZAKIEM I

WARZYWAMI



## Deser

ROŻEK Z CIASTA

FRANCUSKIEGO Z

MARMOLADĄ



Napój (do obiadu)

KOMPOT PORZECzkOWY

NISKOSŁODZONY

piątek, 7.03

## Zupa

OGÓRKOWA Z RYŻEM



NEAPOLITAŃSKA Z

MAKARONEM



## II danie

SMAŻONA RYBA + PUREE

ZIEMNIAZANE + SURÓWKA Z

KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK



KOPYTKA MARCHEWKOWE Z

SOSEM Z SUSZONYCH

POMIDORÓW + SURÓWKA Z

KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK



MAKARON Z BIAŁYM SEREM I

MUSEM MANGO + WARZYWO

"DO SCHRUPANIA"



## Deser

GALARETKA Z OWOCAMI I

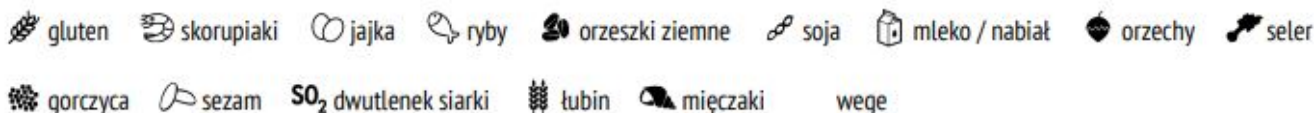
BITĄ ŚMIETANĄ



Napój (do obiadu)

KOMPOT JABŁKOWY

NISKOSŁODZONY



poniedziałek, 10.03

wtorek, 11.03

środa, 12.03

czwartek, 13.03

piątek, 14.03

**Zupa**

FASOLOWA



JARZYNOWA



**II danie**

SPAGHETTI BOLOGNESE, TARTY

SER + WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"



NALEŚNIKI Z WARZYWAMI

ZAPIEKANE POD BESZAMELEM I

SEREM + SURÓWKA COLESŁAW



GYROS DROBIOWY, SOS

CZOSNKOWY + RYŻ Z

WARZYWAMI + SURÓWKA

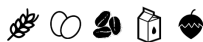
COLESŁAW



**Deser**

DONUT W POLEWIE

TRUSKAWKOWEJ



**Napój (do obiadu)**

HERBATA CYTRYNOWA

**Zupa**

ROSÓŁ Z MAKARONEM,

NATKA PIETRUSZKI



KREM Z POMIDORÓW



**II danie**

KURCZAK W SOSIE CURRY + RYŻ

BASMATI + BURACZKI



RACUCHY Z JABŁKAMI, Z

CUKREM PUDREM + WARZYWO

"DO SCHRUPANIA"



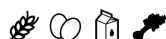
GOŁĄBKI Z BIAŁYM SEREM,

SZPINAKIEM I ZIEMNIAKAMI,

SOS SEROWO ŚMIETANOWY

(WEGE) + RYŻ BASMATI +

BURACZKI



**Deser**

KRUCHE BABECZKI Z TOFFII

I POSYPKĄ ORZECHOWĄ



**Napój (do obiadu)**

KOMPOT TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY

**Zupa**

KOPERKOWA Z ZIEMNIAKAMI



BROKUŁOWA



**II danie**

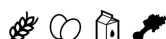
KROKIET Z MIĘSEM

WIEPRZOWO-DROBIOWYM

SMAŻONY, KETCHUP +

SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY

I JABŁEK



KOTLETY MAKARONOWE Z

WARZYWAMI, SEREM I SOSEM

CZOSNKOWYM + SURÓWKA Z

KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK



ŚWIEŻONKA Z CEBULKĄ +

BULKA PSZENNA + SURÓWKA Z

KISZONEJ KAPUSTY I JABŁEK



**Deser**

BISZKOPT Z GALARETKĄ I

OWOCAMI



**Napój (do obiadu)**

LEMONIADA JABŁKOWO-

GRUSZKOWA

**Zupa**

POMIDOROWA Z RYŻEM



MARCHEWKOWA Z RYŻEM



**II danie**

KOTLET SZARPANY Z

KURCZAKA, WARZYW I ŻÓŁTYM

SEREM, KETCHUP + PUREE

ZIEMNIACZANE + SURÓWKA

WIOSENNA



NALEŚNIKI Z PIECZARKAMI

ZAPIEKANE POD BESZAMELEM I

SEREM + SURÓWKA WIOSENNA



MAKARON Z BOCZKIEM I

CUKINIA W SOSIE

ŚMIETANOWYM



**Deser**

CIASTKO FRANCUSKIE Z

CZEKOLADĄ I BUDYNIEM



**Napój (do obiadu)**

KOMPOT PORZECZKOWY

NISKOSŁODZONY

**Zupa**

WŁOSKA Z MAKARONEM



KRUPNIK Z PIECZARKAMI I

PĘCZAKIEM



**II danie**

PALUSZKI RYBNE PIECZONE +

ZIEMNIAKI "Z WODY" Z

KOPERKIEM + SAŁATKA GRECKA



MAKARON Z BIAŁYM SEREM,

MUS JAGODOWO-JOGURTOWY

+ WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



BIGOS Z KIEŁBASĄ + ZIEMNIAKI

"Z WODY" Z KOPERKIEM +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



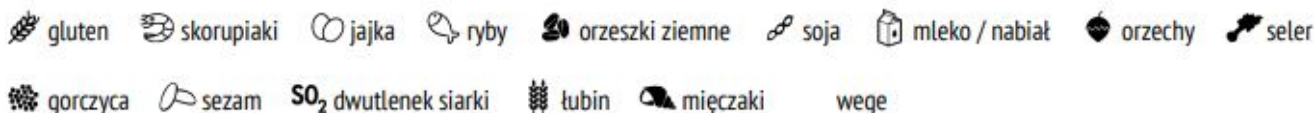
**Deser**

KISIEL MALINOWY

**Napój (do obiadu)**

KOMPOT JABŁKOWY

NISKOSŁODZONY



poniedziałek, 17.03

## Zupa

OGÓRKOWA



BARSZCZ UKRAIŃSKI



## II danie

POTRAWKA Z KURCZAKA PO  
MEKSYKAŃSKU + RYŻ BIAŁY +  
SURÓWKA Z CZERWONEJ

KAPUSTY



KOTLET WARZYWNY Z SOSEM

ROZMARYNOWYM + RYŻ BIAŁY  
+ SURÓWKA Z CZERWONEJ

KAPUSTY

PIEROGI ZE SZPINAKIEM,  
TWAROGIEM I SUSZONYMI

POMIDORAMI, SOS

ROZMARYNOWY + SURÓWKA Z  
CZERWONEJ KAPUSTY

## Deser

CIASTO "MURZYNEK"



Napój (do obiadu)

HERBATA CYTRYNOWA

wtorek, 18.03

## Zupa

GROCHOWA



PIECZARKOWA



## II danie

PIECZONA SZYNKA  
WIEPRZOWA PO CYGAŃSKU +  
KASZA GRYCZANA + SURÓWKA  
Z MARCHEWKI, PORA I

OGÓRKA KISZONEGO Z

MAJONEZEM

MAKARON ŚWIDERKI Z BIAŁYM  
SEREM I MUSEM JOGURTOWO  
WIŚNIOWYM + WARZYWO "DO  
SCHRUPANIA"GULASZ WEGETARIAŃSKI +  
KASZA GRYCZANA + SURÓWKA  
Z MARCHEWKI, PORA I

OGÓRKA KISZONEGO Z

MAJONEZEM



## Deser

KOKOSANKI



Napój (do obiadu)

KOMPOT TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY

środa, 19.03

## Zupa

ROSÓŁ Z MAKARONEM,  
NATKA PIETRUSZKI

KREM Z BIAŁYCH WARZYW



## II danie

NALEŚNIKI Z KURCZAKIEM I  
PIECZARKAMI, ZAPIEKANE POD  
BESZAMELEM I SEREM +  
SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTYPLACKI Z BANANAMI, POLEWA  
CZEKOLADOWA + WARZYWO  
"DO SCHRUPANIA"GULASZ Z CIECIORKI W SOSIE Z  
SUSZONYMI POMIDORAMI +  
RYŻ BRĄZOWY + SURÓWKA Z  
BIAŁEJ KAPUSTY

## Deser

CROISSANT Z NADZIENIEM  
TRUSKAWKOWYM

Napój (do obiadu)

LEMONIADA JABŁKOWO-  
GRUSZKOWA

czwartek, 20.03

## Zupa

JARZYNOWA Z  
MAKARONEM

ZUPA BOŁOŃSKA



## II danie

FILET Z KURCZAKA W  
CHRUPIĄCEJ PANIERCE + PUREE  
ZIEMNIACZANE + BURACZKI

KOPYTKA Z SOSEM

WARZYWNYM



KALAFIOROWY KOTLET

PIECZONY W PŁATKACH

KUKURYDZIANYCH, SOS

SEROWY + PUREE

ZIEMNIACZANE + BURACZKI



## Deser

DESER BANOFFEE



Napój (do obiadu)

KOMPOT PORZECZKOWY

NISKOSŁODZONY

piątek, 21.03

## Zupa

POMIDOROWA Z  
MAKARONEM

ZUPA Z ZIEŁONEGO GROSZKU Z

KUSKUS



## II danie

SMAŻONA RYBA W MAŁCE  
KUKURYDZIANEJ + ZIEMNIAKI  
"Z WODY" Z KOPERKIEM +  
SURÓWKA Z KISZONYCH

OGÓRKÓW

RYŻ Z BRZOSKWINIAMI I  
MANGO, JOGURT NA SŁODKO +  
WARZYWO "DO SCHRUPANIA"

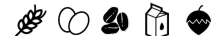
BABKA ZIEMNIACZANA Z

BOCZKIEM I KIEŁBASĄ +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



## Deser

MUFFINKA CZEKOLADOWA  
Z ORZECHAMI

Napój (do obiadu)

KOMPOT JABŁKOWY

NISKOSŁODZONY

poniedziałek, 24.03

wtorek, 25.03

środa, 26.03

czwartek, 27.03

piątek, 28.03

**Zupa**ROSÓŁ Z MAKARONEM,  
NATKA PIETRUSZKI

ZUPA Z CUKINII Z RYZEM

**II danie**

GULASZ WOŁOWY + KASZA

GRYCZANA + OGÓRKI

KONSERWOWE



ZAPIEKANKA ZIEMNIACZANA Z

WARZYWAMI POD

BESZAMELEM I SEREM



KOTLET SOJOWY Z SOSEM

GRZYBOWYM + KASZA

GRYCZANA + OGÓRKI

KONSERWOWE

**Deser**

BUDYŃ CZEKOLADOWY

**Napój (do obiadu)**

HERBATA CYTRYNOWA

**Zupa**

KALAFIOROWA



FASOLOWA

**II danie**

MAKARON PENNE Z

KURCZAKIEM W SOSIE

BROKUŁOWYM, SER TWARDY +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



MAKARON Z ZIEŁONYM PESTO I

CORREGIO + WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"



NALEŚNIKI Z TWAROGIEM I

SOSEM CZEKOLADOWYM +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"

**Deser**

MUFFINKA WANILIOWA W

MLECZNEJ POLEWIE

**Napój (do obiadu)**

KOMPOT TRUSKAWKOWY

NISKOSŁODZONY

**Zupa**

NEAPOLITAŃSKA Z

MAKARONEM



KREM Z DYNI

**II danie**

KARKÓWKĄ Z SMAŻONĄ

CEBULKĄ + KASZA PERŁOWA +

SURÓWKA Z BIAŁEJ KAPUSTY Z

MARCHEWKĄ I JABŁKIEM



PIERÓG SAMOSA Z INDYJSKIM

SOSEM + SURÓWKA Z BIAŁEJ

KAPUSTY Z MARCHEWKĄ I

JABŁKIEM



ZIELONE PLACUSZKI ZE

SZPINAKIEM, JOGURT, MUS

TRUSKAWKOWY + WARZYWO

"DO SCHRUPANIA"

**Deser**

SZARLOTKA

**Napój (do obiadu)**

LEMONIADA JABŁKOWO-

GRUSZKOWA

**Zupa**

POMIDOROWA Z RYZEM



ZUPA WIOSENNA

**II danie**

KOTLET MIELONY PIECZONY +

ZIEMNIAKI "Z WODY" Z

KOPERKIEM + MIZERIA



MAKARON Z BIAŁYM SEREM,

MUS TRUSKAWKOWY +

WARZYWO "DO SCHRUPANIA"



BROKUŁOWY KOTLET

PIECZONY W PŁATKACH

KUKURYDZIANYCH +

ZIEMNIAKI "Z WODY" Z

KOPERKIEM + MIZERIA

**Deser**

DONUT Z NADZIENIEM

ORZECZOWYM

**Napój (do obiadu)**

KOMPOT PORZECZKOWY

NISKOSŁODZONY

**Zupa**

BURACZKOWA



MARCHEWKOWO-GROSZKOWA

**II danie**

KOTLET RYBNY PIECZONY +

PUREE ZIEMNIACZANE +

SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY

I JABŁEK



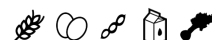
SMAŻONE KOTLETY Z KASZY

JĘCZMIENNEJ Z PIECZARKAMI,

SOS ŚMIETANOWO-SEROWY +

SURÓWKA Z KISZONEJ KAPUSTY

I JABŁEK

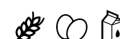


PIEROGI Z TWAROGIEM I

BRZOSKWINIAMI, SOS

JOGURTOWY + WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"

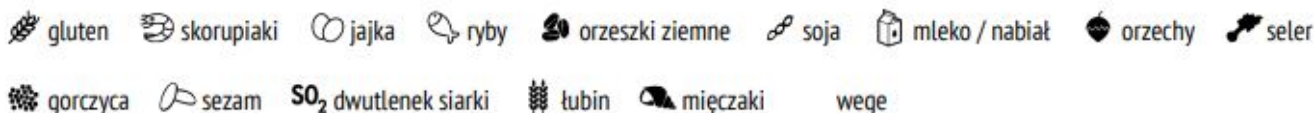
**Deser**

PIANKA TRUSKAWKOWA

**Napój (do obiadu)**

KOMPOT JABŁKOWY

NISKOSŁODZONY



**Zupa**

OGÓRKOWA



JARZYNOWA



**II danie**

PULPETY MIĘSNE W SOSIE

POMIDOROWYM + KASZA

PĘCZAK + BURACZKI



KOFTA W SOSIE

POMIDOROWYM + KASZA

PĘCZAK + BURACZKI



ŁAZANKI Z KAPUSTĄ I

GRZYBAMI + WARZYWO "DO

SCHRUPANIA"



**Deser**

CROISSANT Z NADZIENIEM

CZEKOLADOWYM



**Napój (do obiadu)**

HERBATA CYTRYNOWA

	PORCJA	J.M
Zupa	300	ml

<b>DODATKI</b>		
Napój	200	ml
Surówka	100	g
Warzywko do schrupania	80	g
Ziemniaki z wody	180	g
Puree ziemniaczane	180	g
Makaron	180	g
Kasza/ryż/kus-kus	100	g
Talarki/frytki	180	g
Kopytka	180	g
Jogurt/śmietana na słodko	80	ml
Śmietana kwaśna	40	ml

<b>DANIA MIĘSNE</b>		
Babka ziemniaczana z boczkiem i kielbaską	280	g
Bigos z kielbaską	230	g
Bitki wieprzowe w sosie własnym	130	g
Burrito+sos 1000 wysp	280	g
Chili con carne	180	g
Filet z kurczaka w chrupiącej panierce	90	g
Gołabki w sosie pomidorowym	150	g
Gulasz mięsny	150	g
Indyk w sosie alfredo	150	g
Kotlet mielony	90	g
Kotlet rybny	90	g
Krokiot z mięsem	230	g
Kurczak po hawajsku	130	g
Kurczak w sosie słodko-kwaśnym/indyjskim/azjatyckim	180	g
Lasagne bolognese	230	g
Leczo z kielbaską i warzywami	250	g
Makaron z boczkiem i cukinią w sosie smietanowym	280	g
Makaron Chow Mein z kurczakiem i warzywami po chińsku	280	g
Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym/ brokułowym / w curry	280	g
Makaron tagiatella z polędwiczką wieprzową	280	g
Mięso w sosie	130	g
Naleśniki wytrawne mięsne zapiekane z serem	250	g
Nuggetsy+ketchup	120	g
Paluszki rybne	120	g
Pieczone udko kurczaka	130	g
Pierogi z mięsem, okraszane cebulką	230	g
Pierogi z pieca z kurczakiem, brokułami, mozzarellą, sos czosnkowy	230	g
Placki z kurczakiem i warzywami, sos śmietanowo-majonezowy	230	g
Pulpety mięsne w sosie	130	g
Pulpety rybne w sosie	130	g
Roladka mięsna w sosie	130	g

Ryba pod pierzynką śródziemnomorską	150	g
Ryba smażona	90	g
Ryba w sosie	130	g
Ryba ze szpinakiem i serem	150	g
Spaghetti bolognese/ carbonara	280	g
Stripsy drobiowe w płatkach kukurydzianych	90	g
Strogonow wołowy	150	g
Szynka po cygańsku	180	g
Wątróbka drobiowa z cebulką	150	g
Wrap z kurczakiem i warzywami, sos majonezowy	280	g
Zapiekanka gyros z ryżem, kurczakiem i warzywami	280	g
Zapiekanka ryżowa z warzywami i parówka	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z mieloną wołowina po meksykańsku	280	g
Qurrito z kurczakiem i serem cheddar	280	g

### DANIA WEGE

Aromatyczna soczewica z warzywami	230	g
Burrito wege + sos 1000 wysp	280	g
Chili sin carne	180	g
Curry z batatami, ciecierzycą i szpinakiem	230	g
Gołąbki wege w sosie serowo-śmietanowym	150	g
Gulasz warzywny / wegetariański	130	g
Gyros wegetariański	230	g
Kaszotto	280	g
Knysza	230	g
Kofta z sosem pomidorowym	130	g
Kopytka szpinakowe+sos z suszonych pomidorów	280	g
Kopytka z warzywami w sosie	300	g
Kopytka z sosem pieczarkowym	250	g
Kotlet warzywny/jajeczny/sojowy/z groszku	90	g
Kotlet zakarpacki	230	g
Kotlety makaronowe z sosem serowym	230	g
Kotlety ziemniaczane z sosem pieczarkowym	230	g
Kotlety z kaszy jęczmiennej, sos pieczarkowy	230	g
Krokiet z kapustą kiszoną i grzybami	230	g
Krokiet z pieczarkami	230	g
Krokiet ziemniaczano-brokułowy, sos serowy	230	g
Kulki serowo-ziemniaczane	90	g
Lasagne ze szpinakiem	230	g
Łazanki z kapustą i grzybami	290	g
Makaron z sosem wytrawnym	290	g
Makaron z warzywami, ser	290	g
Makaron z zielonym pesto	280	g
Musaka z cukinia, bakłażanem i ziemniakami	230	g
Naleśniki meksykańskie pod beszamelem i serem	280	g
Naleśniki z warzywami / z pieczarkami pod beszamelem	280	g
Pakora	150	g
Penne arrabiata, ser corregio	280	g

Pierogi wytrawne, okraszane cebulką	230	g
Pierozki aromatyczne, sos rozmarynowy	230	g
Pizza margherita, ketchup	320	g
Placki szpinakowo-ziemniaczane, sos śmietanowy	250	g
Placki ziemniaczane, kwaśna śmietana	250	g
Placki ziemniaczane, sos pieczarkowy	250	g
Placki z dynii, kwaśna śmietana	250	g
Placki z marchewki, kwaśna śmietana	250	g
Pulpety greckie, sos tzatzyk	230	g
Risotto warzywne	280	g
Quiche ze szpinakiem, serem typu feta i mozzarella	250	g
Samos pieróg	90	g
Strudel ziemniaczany, sos serowy	180	g
Tarta brokułowa z serem typu feta	230	g
Tajskie curry z ciecierzycą i bakłażanem	230	g
Warzywa po węgiersku	230	g
Warzywa w sosie indyjskim curry	230	g
Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i mozzarellą	280	g
Zapiekanka ziemniaczana z warzywami, terty ser	280	g

DANIA NA SŁODKO		
Knedle ze śliwkami+słodka śmietana	290	g
Pierogi leniwe z bułką tartą na masełku	290	g
Makaron z białym serem i musem owocowym	290	g
Makaron z twarogiem i brzoskwiniami zapiekany pod kogłem-mogłem	290	g
Naleśnik z owocami, jogurt naturalny	290	g
Naleśniki z białym serem + mus owocowy / jogurt/toffi	290	g
Naleśniki z marmoladą	290	g
Pierogi na słodko ze śmietaną lub jogurtem (z truskawkami, z twarogiem, z twarogiem i wiśniami, z owocami leśnymi)	290	g
Placki na słodko opruszone cukrem pudrem	290	g
Placki na słodko z jogurtem naturalnym	290	g
Placki twarogowe, sos truskawkowy	290	g
Racuchy z jabłkami, posypka cukier puder	300	g
Ryż z owocami i jogurtem	290	g
Zapiekanka ryżowa z jabłkami i jogurtem naturalnym	290	g