JADŁOSPIS tydzień I

	ŚNIADANIE		NAPÓJ (250ml)	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)	PODWIECZOREK	
ŚRODA (01-03-2023)	Kanapka z pastą twarogową (pieczywo wieloziarniste, pasta twarogowa z białego sera, rzodkiewki i szczypiorku), szwedzki stół warzywny (70;50;100g)	1 3 7 9 11	Herbata owocowa	Krupnik staropolski z kaszą jęczmienną	1 9 10	Makaron spaghetti bolognese ze świeżo tartym żółtym serem typu gouda,surówka colesław M: (240,150g) / D: (280,150g)	Racuszki z gotowanych ziemniaków z kwaśną śmietaną podawane z duszonymi na parze warzywami M(200;150g) / D(250;150g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Naleśniki z owocami z polewą czekoladową. Herbata z cytryną (150g,250ml)	1 3 7
CZWARTEK (02-03-2023)	Parówki z szynki (chleb razowy z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny (50;70;5;10;10;100g)	1 6 7 9 10	Herbata z cytryną	Grochówka	1 3 7 9	Śmigiełka drobiowe w panierce podawane z puree ziemniaczano-marchewkowym, mizeria z jogurtem naturalnym M: (70,100,100g)/D: (90;120,130g)	Risotto z warzywami M:(80g;120g)/ D:(100g;150g)	1 3 7 9	Herbata miętowa	Pełnoziarnista kajzerka z żółtym serem, sałatą lodową i ogórkiem zielonym. Herbata owocowa (70;50;100g,250ml)	1 3 7 9 1 1
PIĄTEK (03-03-2023)	Kanapka z pastą jajeczną (chleb słonecznikowy, jajko,ser żółty, majonez, szczypiorek) szwedzki stół warzywny (70;50;30;10;5;100g)	1 3 7 9 11	Kakao	Zupa jarzynowa z drobnym makaronem	1 3 7 9	Kluski leniwe okraszane bułką tartą serwowane z surówką z marchewki z pomarańczami M(150;60;150g) / D(200;80;150g)	Wegańskie kotleciki z marchewki, podawane z brązowym ryżem z dipem jogurtowo-koperkowym M:(100,80,80g) D:(120,100, 80g)	1 3 7 9	Napar owocowy	Gofry z cukrem pudrem, owoc sezonowy. Lemoniada (150,,150g,250ml)	1 3 7 9

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.*

PBGastro Pewność i zaufanie

JADŁOSPIS tydzień II

	ŚNIADANIE		NAPÓJ (250ml)	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)	PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK (06-03-2023)	Kanapka z pasztetem i pomidorem (chleb wielowarzywny, masło, pasztet, ogórek kiszony) 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	Potrawka z kurczaka, makaron penne, surówka kolorowa (z kapusty czerwonej i białej) M:(100,80,120g) D:(120,100,150g)	Makaron penne a'la Forno z serem mozarella M: (240g) D: (280g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Warkocz francuski z salsą pomidorową Napar owocowy (190,10g,250ml)	1 2 7
WTOREK (07-03-2023)	Placuszki twarogowe ze świeżo krojonymi owocami sezonowymi (80,50g)	1 3 7	Herbata	Domowy rosół z drobnym makaronem i marchewką	1 9	Kotlet schabowy z ziemniakami z wody posypanymi koperkiem, kapusta zasmażana M:(70,100,120g)/ D:(90,120,150g)	Pulpeciki z brokuła w sosie serowym, podawane z ciemnym makaronem M:(120,100g)/D: (150,120g)	1 3 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem	Sałatka owocowa Herbata (150, 250ml)	
ŚRODA (08-03-2023)	Jajecznica na masełku z szynką i szczypiorkiem (chleb wieloziarnisty,masło, szczypiorek, wędlina) szwedzki stół warzywny (100;80;5;10;100)	1 3 7 9	Kakao	Węgierska	1 3 6 7 9	Zapiekanka makaronowa z mięsem i kolorowymi warzywami posypana świeżo tartym serem M:(230,15g) D:(270,15g)	Smażony camembert z brzoskwiniowym carpaccio i konfiturą żurawinową M(100;150g) D(120;150g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Tortilla z szynką, żółtym serem i warzywami Lemoniada (200g,250ml)	1 3 7
CZWARTEK (09-03-2023)	Kanapka z szynką konserwową (pieczywo wieloziarniste, masło, kiełbasa krakowska), szwedzki stół warzywny (80;5;40;10g)	1 3 5-13	Napar owocowy	Prezydencka	1 3 6 7 9	Bitki wieprzowe w sosie własnym, kopytka, buraczki na ciepło M:(100,140,150g) D:(120,180,150g)	Kaszotto z ciecierzycą i warzywami, buraczki na ciepło M: (120,80,100g) D: (140,100,120g)	1 3 7 9	Herbata miętowa	Placki z jabłkiem. Kakao (100g,250ml)	1 3 7
PIĄTEK (10-03-2023)	Kasza manna na mleku z polewą malinową, Kanapka z żółtym serem (bułka biała, masło, ser żółty), szwedzki stół warzywny (250ml:40;5;25;100g)	1 5-13	Herbata miętowa	Krem z pomarańczowych warzyw	1 3 6 7 9	Filet rybny w cieście z purée ziemniaczanym, surówka z kiszonej kapusty M:(70,80,100g) D:(90,100,120g)	Cukinia z pieca faszerowana warzywami zapiekana z żółtym serem M(350g) D(400g)	1 3 7 9 10	Napar owocowy	Kolorowa galaretka z owocem sezonowym Woda z cytryną i miętą (200g,250ml)	

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.*

PBGastro Pewność i zaufanie

JADŁOSPIS tydzień III

	ŚNIADANIE		NAPÓJ (250ml)	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)	PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK (13-03-2023)	Twarożek na słodko z kawałkami brzoskwini (bułka biała, masło, ser twarogowy półtłusty, jogurt naturalny, brzoskwinia) (65;5;60;30;40g)	1 3 5-13	Herbata owocowa	Żurek z ziemniakami i kiełbasą	1 7 9	Pulpeciki z indyka, puree ziemniaczano-groszkowe, surówka ze świeżo startego selera M:(70,100,120g)/D: (90,120,150g)	Medaliony z kalafiora z parmezanem oraz pestkami dyni, surówka ze świeżo startego selera M:(100,150g)/D:(130, 150g)	1 3 7 9 11	Kompot owocowy	Sałatka makaronowa z kurczakiem, sos vinegret Lemoniada (150g,250ml)	1 3 7 9 10 11
WTOREK (14-03-2023)	Frankfurterka wieprzowa (bułka graham z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny (40;65;5;10;10;100g)	1 6 7 9 10	Herbata owocowa	Zupa brokułowa z ziemniakami	1 3 7 9	Salsa meksykańska z czerwoną fasolą i makaronem,surówka sezonowa z kapusty pekińskiej i kolorowych warzyw M:(240,120g)/D: (280,150g)	Kotlet sojowy z ziemniakami z wody posypanymi koperkiem, surówka sezonowa z kapusty pekińskiej i kolorowych warzyw M: (70,100,120g)/D: (90, 120,150g)	1 3 6 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem	Kanapka z wędliną i świeżymi warzywami. Herbata miętowa (70;5;40;100g,250ml)	1 5-13
ŚRODA (15-03-2023)	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	Krupnik	3 7 9	Gołąbki zawijane / Gołąbki hiszpańskie, sos pomidorowy, ziemniaki posypane koperkiem M: (140,100g)/ D:(180,120g)	Zapiekanka warzywna z kolorowym makaronem zapiekana z żółtym serem M(230;15g) /D(270;30g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Gofry z cukrem pudrem Owoc sezonowy Kakao (150, 150g, 250ml)	1 3 7
CZWARTEK (16-03-2023)	Kanapka z wędliną z indyka (bułka grahamka, masło, wędlina), szwedzki stół warzywny (65;5;50;100g)	1 3 7	Harbata miętowa	Barszcz ukraiński	1 7 9	Pierogi z mięsem, okraszone słoniną, surówka z ogórka kiszonego z cebulką M:(140,100g)/D: (210,120g)	Placki ziemniaczane z czerwoną kapustą, surówka z białej kapusty z ogórkiem i kukurydzą M:(200,150g)/D:(250, 150g)	1 3 7 9	Herbata miętowa	Domowe ciasto z owocem sezonowym. Herbata z cytryną (100g,250ml)	1 3 7 9
PIĄTEK (17-03-2023)	Domowa chałka z masłem (80;5g) Zupa mleczna z zacierkami (250ml)	1 3 7	Kakao	Krem z białych warzyw z grzankami	1 6 9	Makaron z truskawkami, surówka z marchewki i ananasa M:(230;150g) / D:(280;150g)	Kasza bulgur z warzywami, fasolką białą i czerwoną w sosie paprykowo-pomidorowym M: (80,140g)/D:(100, 160g)	1 5 6 7 9	Napar owocowy	Bruschetta (grzanka z pomidorami,świeżą bazylią,polana oliwą z czosnkiem). Woda z cytryną i miętą (100g,250ml)	1 5-13

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.

PBGastro Pewność i zaufanie

JADŁOSPIS tydzień IV

	ŚNIADANIE		NAPÓJ (250ml)	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)	PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK (20-03-2023)	Trójkąciki pszenne z serem żółtym (ser żółty, sos pomidorowy) szwedzki stół warzywny (70;40g;25ml;100g)	1 5-13	Herbata z cytryną	Krem pomidorowy z grzankami	1 3 6 7 9	Gyros z udźca indyka z sosem tzatziki, makaron, surówka sezonowa M:(100,80,150g) D:(120,100,150g)	Makaron z sosem pomidorowym w ziołach, surówka sezonowa M:(240,150g) D:(280,150g)	1 3 6 7 9	Kompot owocowy	Domowa pizza z dodatkami Herbata z cytryną (150,50g, 250ml)	1 7
WTOREK (21-03-2023)	Kiełbaska zapiekana z serem żółtym (bułka kajzerka z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny	1 6 7 9 10	Kawa Inka	Kalafiorowa z makaronem	1 7 9	Rumsztyk wieprzowy z cebulką, ziemniaki posypane koperkiem, bukiet warzyw gotowanych na parze M:(70,100,150g) D:(90,120,150g)	Bitki sojowe w sosie paprykowym, kasza kuskus, bukiet warzyw gotowanych na parze M:(100,140,150g) D:(120,180,150g)	1 3 6 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem	Jogurt naturalny z posypką musli Napar owocowy (200,20g,250ml)	1 7
ŚRODA (22-023-2023)	Owsianka z rodzynkami (250g) Kanapka z miodem (bułka biała, masło, miód) (30;150;40;5;12g)	1 7	Herbata miętowa	Meksykańska	1 3 6 7 9	Pierś z kurczaka w sosie z pomarańczowych warzyw, kasza bulgur, surówka colesław M:(100,80,150g) D:(120,100,150g)	Czerwona papryka faszerowana twarogiem, kasza bulgur z natką pietruszki i oliwą M(350g) D(400g)	1 3 6 7 9	Kompot owocowy	Parówki w cieście francuskim z serem żółtym Herbata miętowa (70, 30,10g, 250ml)	3
CZWARTEK (23-03-2023)	Kanapka z kiełbasą krakowską (pieczywo wieloziarniste, masło, kiełbasa krakowska), szwedzki stół warzywny (80;5;40;10g)	1 3 5-13	Herbata	Zielona zupa z cukinią w kawałkach	1 3 6 7 9	Wieprzowina po azjatycku z makaronem typu kolanka i kolorowymi warzywami w sosie, surówka z kapusty pekińskiej i papryki M:(90,150,150g) D:(120,200,150g)	Gulasz warzywny z żółtym serem M:(150g) D:(200g)	1 3 6 7 9 11	Herbata miętowa	Naleśniki z serem białym i polewą malinową Kawa Inka (150g,250ml)	1 3 7
PIĄTEK (24-03-2023)	Placuszki z jabłkiem posypane cukrem pudrem (80g)	1 3 7	Kakao	Krem z soczewicy z kluseczkami	1 7 9 10	Nuggetsy z miruny, ziemniaki z wody, surówka z kiszonej kapusty M:(70,100,150g)/D: (100,120,150g)	Faszerowana cukinia z kaszą kuskus i warzywami M:(290g)/D:(340g)	1 3 4 7 9	Napar owocowy	Wafle ryżowe naturalne, mus owocowy Herbata owocowa (150, 150g,250ml)	

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.*

PBGastro
Pewność i zaufanie

JADŁOSPIS tydzień V

	ŚNIADANIE		NAPÓJ (250ml)	ZUPA (250/300ml)		DRUGIE DANIE Małe / Duże	DANIE WEGETARIAŃSKIE Małe / Duże		NAPÓJ (200ml)	PODWIECZOREK	
PONIEDZIAŁEK (27-03-2023)	Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (bułka kajzerka, pasta twarogowa z białego sera, rzodkiewki i szczypiorku), szwedzki stół warzywny (70;50;100g)	1 3 7 9 11	Herbata z cytryną	Brokułowo - kalafiorowa z ziemniakami	7 9 10	Ryż z kurczakiem w sosie słodko-kwaśnym, chińska surówka z białej kapusty M:(100,150,80g)D:(150,200,100)	Leczo z cukinią i mixem warzywnym M:(80g;120g) D:(100g;150g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Budyń czekoladowy z polewą malinową Banan Herbata (230,60g,250ml)	7
WTOREK (28-03-2023)	Grzanka z serem żółtym i salami,(bułka wrocławska, salami,ser żółty, ketchup) szwedzki stół warzywny (65;12;15;100g)	1 5-13	Kawa Inka	Domowy rosół z drobnym makaronem	1 6 9	Kotlet schabowy z purée ziemniaczanym, sałata ze śmietaną na słodko M:(70,100,120g)D:(90,120,150g)	Kuskus z papryką i pomidorkami koktajlowymi, mizeria na sałacie M:(100g;120g) D:(150g;150g)	1 3 7 9	Lemoniada cytrynowa, delikatnie słodzona miodem	Chałka z masłem, owoc sezonowy Kakao (40;5;150g,250ml)	1 3 7
ŚRODA (29-03-2023)	Parówki z szynki (chleb razowy z masłem, ketchup, musztarda) szwedzki stół warzywny (50;70;5;10;10;100g)	1 6 7 9 10	Herbata owocowa	Krem z papryki pieczonej z grzankami	1 3 6 7 9	Spaghetti a'la carbonara, mix sałat z sosem winegret M:(240,150g) D:(280,150g)	Spaghetti z suszonymi pomidorami w sosie szpinakowym M: (240g) D: (280g)	1 3 7 9	Kompot owocowy	Placuszki bananowe Herbata z cytryną (80g, 250ml)	1 3 7
CZWARTEK (30-03-2023)	Zupa mleczna (trzy rodzaje płatków do wyboru) Kanapka z serkiem topionym (bułka biała, masło, serek topiony), szwedzki stół warzywny (250ml;40;5;30g)	1 7 9	Napar owocowy	Żurek z jajkiem i kiełbasą	1 6 7 9	Pulpety wieprzowe w sosie śmietanowo-koperkowym, z ziemniakami, surówka z tartego buraka M:(80,80,150g)D:(100,100,150g)	Placki ziemniaczane ze śmietaną, surówka z tartego buraka M:(200,150g) D:(250, 150g)	1 3 7 9	Herbata miętowa	Ciasteczka owsiane z żurawiną Gruszka Herbata owocowa (24,50,250ml)	1 7
PIĄTEK (31-03-2023)	Jajko sadzone (bułka kajzerka z masłem) szwedzki stół warzywny (100;80;5;10;100)	1 3 7 9	Herbata	Zupa z zielonej fasolki szparagowej z ziemniakami	1 3 6 7 9	Ryż z jabłkiem i cynamonem, surówka z marchewki na słodko M:(230,150g) D:(280,150g)	Kotlet z marchewki z ryżem, warzywa na parze M:(100,80,80g) D:(120,100, 80g)	7 8 9 11	Napar owocowy	Mus owocowy Herbatniki Woda z cytryną i mięta (150,15g,250ml)	

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.*

PBGastro Pewność i zaufanie