

# CZERWIEC 2025

## PONIEDZIAŁEK 02.06.25 ŚNIADANIE

**KASZA MANNA Z MALINAMI**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA SEREM ŻÓŁTYM I  
WARZYWAMI**<sup>100g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

**ZUPA ZE ŚWIEŻEGO SZCZAWIU  
Z JAJKIEM**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Włoszczyzna/ młody szczaw/ ziemniaki/śmietana  
9% /ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny  
/ liść laurowy/ pieprz/jajko

ALERGENY 3,7,9

**LECZO Z KURCZAKIEM I  
MAKARONEM ORZO**

280g – makaron orzo/ pierś z kurczaka/ cukinia/  
pomidory/ cebula/ papryka/ pieczarki/ czosnek/  
koncentrat pomidorowy/ oregano/ tymianek/  
słodka papryka

ALERGENY 1

**SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z  
CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



### PODWIECZOREK

**HERBATNICZKI MINI ZOO**<sup>100g</sup>  
**KAKAO**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

## WTOREK 03.06.25 ŚNIADANIE

**CHAŁKA Z DŻEMEM**<sup>200g</sup>  
**KAKAO**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

**ROSÓŁ Z MAKARONEM NITKI**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Kurczak zagrodowy/ wołowina/ makaron nitki  
durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/  
lubczyk/ kozieradka/ jałowiec/ ziele angielskie/ liść  
laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

**KOTLET SCHABOWY**

110g – schab/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej  
rzepakowy

**PUREE ZIEMNIAKOWE**<sup>120g</sup>

**MŁODA KAPUSTKA**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



### PODWIECZOREK

**CIASTO MARCHEWKOWE**  
150g – marchewka/ mąka pszenna/ jajko/

ALERGENY 1,3

## ŚRODA 04.06.25 ŚNIADANIE

**JAJECZNICA ZE  
SZCZUPIORKIEM**<sup>100g</sup>  
**PIECZYWO RAZOWE**<sup>100g</sup>  
**POMIDORY**<sup>30g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

**BARSZCZ UKRAIŃSKI**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Włoszczyzna/ fasola/ cebula/ rapusta włoska/  
buraki/ czosnek/ pomidory/ liść laurowy/ ziele  
angielskie/ pieprz zieleny/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

**NALEŚNIKI Z BIAŁYM SEREM W  
POLEWIE JOGURTOWEJ**

Porcja 260g – mąka gryczana/ mąka pszenna/  
mleko 2%/ jajka/ ser twarogowy/ jogurt naturalny

**TRUSKAWKI**<sup>50g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**SOK JABŁKOWY/ WODA Z  
CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



### PODWIECZOREK

**GRACHAMKA Z SZYNKĄ,  
SEREM, SAŁATĄ I  
POMIDOREM**<sup>160g</sup>  
**HERBATA OWOCOWA**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## CZWARTEK 05.06.25 ŚNIADANIE

**PŁATKI KUKURDZIANE NA  
MLEKU**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA Z SZYNKĄ, SAŁATĄ I  
PAPRYKĄ**<sup>100g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

**ZUPA Z SOCZEWICY**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Włoszczyzna/ soczewica/ ziemniaki/ olej  
słoncznikowy/ czosnek/ majeranek/ liść  
laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

**KOFTY – SZASZŁYKI DROBNIOWE**

150g – udziec z indyka/ cebula/ czosnek/ słodka  
papryka/ ostra papryka, kumin, świeża kolendra

**KUSKUS Z WARZYWAMI**<sup>100g</sup>

**TZATZIKI**<sup>80g</sup>

Ogórek zielony/ jogurt grecki/ czosnek/ oliwa z  
oliwek/ pieprz

ALERGENY 1,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



### PODWIECZOREK

**SAŁATKA OWOCOWA**  
150g – arbuz/ winogrona/ brzoskwinie/ ananas/  
truskawki/ jabłko/ borówka

ALERGENY brak

## PIĄTEK 06.06.25 ŚNIADANIE

**MUSLI NA MLEKU**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA Z KIEŁBASKĄ  
KRAKOWSKĄ I WARZYWAMI**<sup>100g</sup>  
**HERBATA OWOCOWA**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

**POMIDOROWA Z RYŻEM**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ⊕  
Włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/  
ryż/ lubczyk / pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie/  
pieprz

ALERGENY 7,9

**TAGLIATELLE Z PIECZONYM  
ŁOSOSIEM I SZPINAKIEM**

Porcja 280g – tosoś/ tagliatele/ szpinak/ cebula/  
czosnek/ śmietana 9%/ oliwa z oliwek/ sok z  
cytryny/ pieprz

ALERGENY 1,4,7

**KOMPOT TRUSKAWKOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



### PODWIECZOREK

**JOGURT OWOCOWY**  
<sup>150g</sup>

**BISZKOPTY**<sup>50g</sup>

ALERGENY 1,3,7

CODZIENNE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



# CZERWIEC 2025

## PONIEDZIAŁEK

09.06.25  
ŚNIADANIE

PARÓWKI Z KETCHUPEM<sup>200g</sup>  
PIECZYWO RAZOWE<sup>100g</sup>  
PAPRYKA<sup>50g</sup>  
KAWA ZBOŻOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/ śmietana 9%/ koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/ pieprz czarny

ALERGENY 7,9

#### RYŻ Z PRAŻONYM JABŁUSZKIEM I TWAROGIEM W POLEWIE JOGURTOWEJ

Porcja 280g – ryż/ jabłko/ cynamon/ ser biały/ jogurt naturalny

ALERGENY 7

#### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

MINI PIZZA Z POMIDORAMI I  
MOZZARELLĄ

ALERGENY 1,7

## WTOREK

10.06.25  
ŚNIADANIE

OWSIANKA Z BANANEM<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SEREM ŻÓŁTYM I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### KRUPNIK Z KASZY PERŁOWEJ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
Włoszczyzna/ kasza perlowa/ ziemniaki/ koperek/ ziele angielskie/ liść laurowy/ pieprz czarny/ lubczyk

ALERGENY 1,9

#### PIECZONE UDKO Z KURCZAKA

150g – udzik z kurczaka/ papryka słodka/ czosnek/ olej rzepakowy

PUREE ZIEMNIACZANE<sup>120g</sup>  
FASOLKA SZPARAGOWA<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

#### KOMPOT WIELOOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

DOMOWY KISIEL  
TRUSKAWKOWY Z TARTYM  
JABŁUSZKIEM<sup>200ml</sup>

ALERGENY brak

ŚRODA  
11.06.25  
ŚNIADANIE

PŁATKI GWIAZDKI  
CYNAMONOWE NA MLEKU<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYŃKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA OWOCOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

#### KAPUŚNIK Z MŁODEJ KAPUSTY

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
Młoda kapusta/ ziemniaki/ włoszczyzna/ cebula/ ziele angielskie/ liść laurowy/ cząber/ kminek/ koperek

ALERGENY 9

#### SPAGHETTI BOLOGNESE

280g – makaron spaghetti durum/ mięso wołowo-wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylija/ oregano/tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

#### SOK JABŁKO ARONIA/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

PLACUSZKI Z JABŁKIEM  
150g – mąka pszenna/ jajko/ jogurt naturalny/ jabłko

ALERGENY 1,3,7

## CZWARTEK

12.06.25  
ŚNIADANIE

KANAPKA Z PASZTETEM,  
SAŁATĄ I OGÓRKIEM  
KISZONYM<sup>200g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

#### PIECZARKOWA Z MAKARONEM ŁAZANKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
włoszczyzna/ pieczarki/ cebula/ śmietana 9%/ makaron lazanki durum/ natka pietruszki/ lubczyk / pieprz/ liść laurowy, ziele angielskie

ALERGENY 1,7,9

#### PIECZONY SCHABIK FASZEROWANY ŚLIWKĄ I MORELĄ

110g – schab wieprzowy/ morele suszone/ śliwki suszone/ cebula/ czosnek/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ ziele angielskie/ pieprz

KASZA GRZYCZANA<sup>100g</sup>  
BURACZKI NA CIEPŁO<sup>80g</sup>

ALERGENY 7

#### KOMPOT WIELOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

BANAN<sup>150g</sup>  
WAFLE RYŻOWE<sup>30g</sup>

ALERGENY brak

PIĄTEK  
13.06.25  
ŚNIADANIE

PANCAKES Z OWOCAMI<sup>150g</sup>  
KAKAO<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

#### ZUPA KALAFIOROWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g ☺  
Kalafior/ włoszczyzna/ ziemniaki/ śmietana 9%/ lubczyk/ pieprz

ALERGENY 7,9

#### PALUSZKI RYBNE Z FILETA

120g – mintaj/ bułka tarta/ jajko/ pieprz biały/ olej rzepakowy

PUREE ZIEMNIACZANE<sup>120g</sup>  
SURÓWKA Z KISZONEJ  
KAPUSTY, MARCHEWKI I  
JABŁKA<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,4,7

#### KOMPOT WIELOWOCOWY/ WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



### PODWIECZOREK

JOGURTOWY KOKTAJL Z  
MALINAMI DO PICIA<sup>200ml</sup>  
maliny/ jogurt naturalny  
CIASTKA MAŚLANE<sup>30g</sup>

ALERGENY 1,3,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



# CZERWIEC 2025

## PONIEDZIAŁEK 16.06.25 ŚNIADANIE

**JAJECZNICA ZE  
SZCZYPIORKIEM**<sup>100g</sup>  
**PIECZYWO RAZOWE**<sup>100g</sup>  
**PAPRYKA**<sup>30g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

### OBIAD

**ZUPA Z FASOLKI  
SZPARAGOWEJ**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Fasolka szparagowa/ ziemniaki/ marchewka/  
pietruszka/ cebula/ czosnek/ masło/ śmietana 9%,  
kurkuma/ koperek

ALERGENY 7,9

**ŁAGODNE CURRY Z  
KURCZAKIEM I WARZYWAMI**

160g – pierś z kurczaka/ czerwona papryka/  
cukinia/ bakłażan/ marchewka/ cebula/ czosnek/  
mleko kokosowe/ limonka/ liście kafiiru/ trawa  
cytrynowa

**RYŻ JAŚMINOWY**<sup>100g</sup>

ALERGENY brak

**SOK JABŁKO WIŚNIA/ WODA Z  
CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



## PODWIECZOREK

**BUDYŃ Z MUSEM  
TRUSKAWKOWYM**

150g

ALERGENY 7

## WTOREK 17.06.25 ŚNIADANIE

**PŁATKI KUKURYZIANE NA  
MLEKU**<sup>220g</sup>  
**KANAPKA Z SZYNKĄ, SAŁATĄ I  
OGÓRKIEM ZIELONYM**<sup>100g</sup>  
**HERBATA OWOCOWA**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

**POMIDOROWA Z MAKARONEM  
LITERKI**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ przecier pomidorowy/ śmietana 9%/  
makaron literki/ lubczyk / pieprz/ liść laurowy,  
ziele angielskie/ pieprz

ALERGENY 1,7

**KOTLET MIELONY**

110g – szynka wieprzowa/ bułka tarta/ jajko/  
pieprz biały/woda gazowana/ olej rzepakowy

**PUREE ZIEMNIACZANE**<sup>120g</sup>

**MARCHEWKA Z GROSZKIEM**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



## PODWIECZOREK

**KOLOROWE GALARETKI Z  
OWOCAMI**

150g

ALERGENY brak

## ŚRODA 18.06.25 ŚNIADANIE

**TWAROŻEK ZE SZCZYPIORKIEM  
I RZODKIEWKĄ**<sup>50g</sup>  
**PIECZYWO RAZOWE**<sup>100g</sup>  
**HERBATA Z CYTRYNĄ**<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

### OBIAD

**GROCHÓWKA**

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ groch tuskany/ ziemniaki/ olej  
stonicznikowy/ czosnek/ cebula/ majeranek/ liść  
laurowy/ ziele angielskie

ALERGENY 9

**ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z  
WARZYWAMI I MOZZARELLĄ**

220g – makaron świderki/ cukinia/ papryka czerwona/  
papryka żółta/ pieczarki/ cebula/ czosnek/ pomidory/  
pomidoriki koktajlowe/ oliwa/ ser mozzarella/ oregano/  
świeży tymianek

**MIX SAŁAT Z WINEGRET**<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,7

**KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ**

nielimitowane

**OWOC SEZONOWY**



## PODWIECZOREK

**SMOOTHIE OWOCOWE**

200ml

**BISZKOPTY**<sup>100g</sup>

ALERGENY 1,3,7

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



# CZERWIEC 2025

## PONIEDZIAŁEK

23.06.25  
ŚNIADANIE

PASTA JAJECZNA ZE  
SZCZYPIORKIEM<sup>100g</sup>  
PIECZYWO RAZOWE<sup>100g</sup>  
RZODKIEWKI<sup>30g</sup>  
HERBATA OWOCOWA<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ŻUREK Z BIAŁĄ KIEŁBASKĄ

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ zakwas na mące żytniej/ ziemniaki/  
czosnek/ Ziele angielskie/ liść laurowy/ majeranek/  
śmietana 9%/ biała kiełbasa

ALERGENY 1,7,9

MAKARON Z MUSEM  
JOGURTOWYM Z  
TRUSKAWKAMI I TWAROGIEM

280g – makaron świderki durum/ truskawki/ jogurt  
naturalny/ ser biały

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKOWY/ WODA Z  
CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



## PODWIECZOREK

HERBATNICZKI MINI ZOO<sup>100g</sup>  
KAKAO<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,3,7

WTOREK  
24.06.25  
ŚNIADANIE

JAGODOWA OWSIANKA<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYŃKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

BOTWINKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
botwinka/ włoszczyzna/ziemniaki/ koperek/  
pieprz/ sok z cytryny/ śmietana 9%

ALERGENY 7,9

STRIPSY Z KURCZAKA

110g – pierś z kurczaka/ mąka kukurydziana/  
słodka i ostra papryka/ jajka/ mleko 2%/ olej  
rzepakowy

PIECZONE ZIEMNIACZKI<sup>120g</sup>

COLESLAW<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,3,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK  
CIASTO DROŻDZOWE Z  
OWOCAMI I KRUSZONKĄ

150g

ALERGENY 1,3,7

ŚRODA  
25.06.25  
ŚNIADANIE

KASZA MANNA Z MUSEM  
WIŚNIOWYM<sup>220g</sup>  
KANAPKA Z SZYŃKĄ I  
WARZYWAMI<sup>100g</sup>  
HERBATA Z CYTRYNĄ<sup>200</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ROSÓL Z MAKARONEM NITKI

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Kurczak zagrodowy/ wotowina/ makaron nitki  
durum/ włoszczyzna/cebula/ natka pietruszki/  
lubczyk/ kozieradka/ jątowiec/ Ziele angielskie/ liść  
laurowy/ pieprz czarny

ALERGENY 1,9

GULASZ WĘGIERSKI

120g – szynka wieprzowa/ papryka czerwona i  
żółta/ cebula/ marchewka/ pomidory/ koncentrat  
pomidorowy/ olej rzepakowy/ liść laurowy/ papryka  
wędzona i słodka/ pieprz

KASZA BULGUR<sup>100g</sup>

SALATA MASŁOWA ZE

ŚMIETANĄ<sup>80g</sup>

ALERGENY 1,7

KOMPOT WIELOOWOCOWY/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK  
PLACUSZKI Z JABŁKIEM

150g – mąka pszenna/ jajko/ jogurt naturalny/  
jabłko

ALERGENY 1,3,7

CZWARTEK  
26.06.25  
ŚNIADANIE

CHAŁKA Z DŻEMEM<sup>200g</sup>  
KAKAO<sup>200ml</sup>

ALERGENY 1,7

## OBIAD

ZUPA OGÓRKOWA

Nielimitowana – rekomendowana porcja 250g  
Włoszczyzna/ ogórek kiszony/ ziemniaki/śmietana  
9%/ koperek/ziele angielskie/ liść laurowy/ lubczyk/  
pieprz czarny

ALERGENY 7,9

SPAGHETTI BOLOGNESE

280g – makaron spaghetti durum/ mięso wotowo-  
wieprzowe/ marchew/pomidory/ koncentrat  
pomidorowy/ cebula/ czosnek/ bazylia/  
oregano/tymianek/tarty ser

ALERGENY 1,7

SOK JABŁKO MARCHEWKA/  
WODA Z CYTRYNĄ

nielimitowane

OWOC SEZONOWY



PODWIECZOREK  
PUDDING CHIA Z MUSEM

MALINOWYM<sup>200g</sup>

Nasiona chia/ mleko 1,5%/ maliny

ALERGENY 7

27.06.25

ZAKOŃCZENIE  
ROKU  
SZKOLNEGO

CODZIENNIE BUFET ZE ŚWIEŻYMI WARZYWAMI DO OBIADU



# INFORMACJE DOTYCZĄCE ALERGENÓW

Zgodnie z obowiązkiem wynikającym z Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 1169/2011 przekazywać będziemy Państwu informacje na temat obecnych w podawanej żywności składników i innych substancji mogących powodować alergie i nietolerancje pokarmowe.

## Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające gluten;;
2. Skorupiaki i produkty pochodne;
3. Jaja i produkty pochodne;
4. Ryby;
5. Orzechy;
6. Soja i produkty pochodne;
7. Mleko i produkty pochodne;
8. Orzechy;
9. Seler i produkty pochodne;
10. Gorczyca i produkty pochodne;
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin i produkty pochodne;
14. Mięczaki i produkty pochodne.

