

JADŁOSPIS

Menu podstawowe

02.03.2026 - 08.03.2026

poniedziałek 02.03	<p>zupa: krem brokułowy z grzankami - 1. Gluten (0g) (1) - 0 kcal</p> <p>II danie mięsne: Pulpeciki drobiowe w sosie pieczarkowym - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Kasza bulgur - 1. Gluten (0g); surówka z buraczków z papryką i oliwą - (1, 3, 7) - 0 kcal</p> <p>II danie bezmięsne: Pulpeciki warzywne w sosie pieczarkowym - ; Kasza bulgur - 1. Gluten (0g); surówka z buraczków z papryką i oliwą - (1) - 0 kcal</p> <p>kompot: wieloowocowy - - 0 kcal</p> <p>Salatka: SAŁATKA Z KURCZAKIEM W SEZAMIE (mix sałat, kurczak w sezamie, pomidor, mozzarella, sos jogurtowo - ziołowy) - - 0 kcal</p>
wtorek 03.03	<p>zupa: Zupa wiejska z kiełbaską - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal</p> <p>II danie mięsne: Gołąbki w sosie pomidorowym - 1. Gluten (0g); Ziemniaki - ; Fasolka szparagowa z wody - (1) - 0 kcal</p> <p>II danie bezmięsne: Naleśniki z serkiem waniliowym i polewą truskawkową - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 3, 7) - 0 kcal</p> <p>kompot: wieloowocowy - - 0 kcal</p> <p>Salatka: SAŁATKA GYROS (mix sałat, kurczak, pomidor, kukurydza, sos tzatzyki) - - 0 kcal</p>
środa 04.03	<p>zupa: Zupa minastrone - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal</p> <p>II danie mięsne: Indyk w sosie śmietanowo - szpinakowym - 7. Mleko (0g); makaron penne - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Surówka z marchewki - 7. Mleko (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal</p> <p>II danie bezmięsne: makaron penne ze szpinakiem i fetą - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); jogurt owocowy - 7. Mleko (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal</p> <p>kompot: wieloowocowy - - 0 kcal</p> <p>Salatka: SAŁATKA SANTORINI (mix sałat, grillowana wieprzowina, feta, pomidor, papryka, sos ziołowy) - - 0 kcal</p>
czwartek	<p>zupa: Zupa koperkowa - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal</p>

05.03 **II danie mięsne:** Paprykowe con carne - ; Ryż - ; surówka z białej kapusty z papryką i kolendrą - - 0 kcal
II danie bezmięsne: pierogi ruskie z duszoną cebulką - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 7) - 0 kcal
kompot: wieloowocowy - - 0 kcal
Salatka: SAŁATKA HAWAJSKA (mix sałat, kurczak, ananas, żółty ser, pomidor, grzanki, sos ziołowy) - - 0 kcal

piątek

06.03 **zupa:** Zupa pomidorowa z ryżem - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal
II danie mięsne: Dorsz panierowany - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 4. Ryby (0g); Ziemniaki - ; marchewka baby - (1, 3, 4) - 0 kcal
II danie bezmięsne: kotlet jajeczny - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Ziemniaki - ; marchewka baby - (1, 3) - 0 kcal
kompot: wieloowocowy - - 0 kcal
Salatka: SAŁATKA GRECKA (mix sałat, pomidor, oliwki, feta, sos ziołowy) - - 0 kcal

Szkoła Podstawowa i Liceum Ogólnokształcące Fundacji Sternik ul. Staszica 1, 05-800 Pruszków

Kontakt z dostawcą - gk.catering@interia.pl

JADŁOSPIS

Menu podstawowe

09.03.2026 - 15.03.2026

poniedziałek
09.03

zupa: Zupa z czerwonej soczewicy z pomidorami - - 0 kcal

II danie mięsne: Gulasz wieprzowy - 1. Gluten (0g); kluski śląskie - 1. Gluten (0g); Surówka hetmańska z ogórka kiszzonego z papryką i kukurydzą - (1) - 0 kcal

II danie bezmięsne: gulasz warzywny - ; kluski śląskie - 1. Gluten (0g); Surówka hetmańska z ogórka kiszzonego z papryką i kukurydzą - (1) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA CEZAR (mix sałat, kurczak, pomidor, grzanki, sos jogurtowy) - - 0 kcal

wtorek
10.03

zupa: Zupa pomidorowa z zacierką - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 3, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: sznyceł drobiowy - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Ziemniaki - ; marchewka z groszkiem - 1. Gluten (0g) (1, 3) - 0 kcal

II danie bezmięsne: naleśniki z duszonymi jabłkami i polewą jogurtową - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); jogurt owocowy - 7. Mleko (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA GLAM HALSA (mix sałat, kurczak, pomarańcza, mozzarella, oliwki, pomidor, sos ziołowy) - - 0 kcal

środa
11.03

zupa: Zupa jarzynowa - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Sos boloński mięsno - pomidorowy - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g); Makaron spaghetti - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Owoc - (1, 3, 9) - 0 kcal

II danie bezmięsne: makaron spaghetti z bazyliowym pesto, mozzarellą i pomidorami - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 3, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA WIEJSKA (mix sałat, kurczak, pieczone kartofelki, pomidor, feta, sos jogurtowy) - - 0 kcal

czwartek
12.03

zupa: krupnik z kaszy jaglanej - 9. Seler (0g) (9) - 0 kcal

II danie mięsne: Kotlet pożarski - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); ryż z warzywami - ; Sałata z jogurtem naturalnym - 7. Mleko (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: kotleciki z czerwonej soczewicy i pieczarek - ; ryż z warzywami - ; Sałata z jogurtem naturalnym - 7. Mleko (0g) (7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Sałatka: SAŁATKA MEKSYKAŃSKA (mix sałat, kurczak, czerwona fasola, kukurydza, papryka, pomidor, chipsy z tortilli, sos meksykański) - - 0 kcal

piątek
13.03

zupa: Zupa szczawiowa z jajkiem - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 3, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Miruna smażona - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 4. Ryby (0g); Ziemniaki - ; Surówka z marchewki - 7. Mleko (0g) (1, 3, 4, 7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: kluski leniwe z masłem i bułeczką - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Surówka z marchewki - 7. Mleko (0g) (1, 3, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Sałatka: SAŁATKA RYBAKA (mix sałat, łosoś, jajko, kiełki, pomidor, zielony ogórek, sos ziołowy) - - 0 kcal

Szkoła Podstawowa i Liceum Ogólnokształcące Fundacji Sternik ul. Staszica 1, 05-800 Pruszków

Kontakt z dostawcą - gk.catering@interia.pl

JADŁOSPIS

Menu podstawowe

16.03.2026 - 22.03.2026

poniedziałek
16.03

zupa: zupa grochowa - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Kurczak pieczony - ; Ryż - ; Sałata z jogurtem naturalnym - 7. Mleko (0g) (7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: leczno warzywne - ; Ryż - ; jogurt owocowy - 7. Mleko (0g) (7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Sałatka: SAŁATKA NEAPOLITANA (mix sałat, kurczak, mozzarella, suszone pomidory, oliwki, makaron razowy, sos ziołowy) - - 0 kcal

wtorek
17.03

zupa: Żurek z kielbaską i jajkiem - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 3, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Kotlet schabowy - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Ziemniaki - ; buraczki zasmażane - 1. Gluten (0g) (1, 3) - 0 kcal

II danie bezmięsne: naleśniki czekoladowe z serkiem waniliowym i polewą jogurtową, owoc - - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Sałatka: SAŁATKA CABB (mix sałat, kurczak, pomidor, awokado, ser pleśniowy, szczypior, sos ziołowy) - - 0 kcal

środa
18.03

zupa: Zupa ogórkowa - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: wołowina duszona w sosie własnym - 1. Gluten (0g); Kasza bulgur - 1. Gluten (0g); Surówka hetmańska z ogórka kiszzonego z papryką i kukurydzą - (1) - 0 kcal

II danie bezmięsne: makaron z serem i truskawkami - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 3, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Sałatka: SAŁATKA KURCZAK TERIYAKI (mix sałat, kurczak, batat pieczony, papryka, pomidor, avocado, cebulka prażona, sos teriyaki) - - 0 kcal

czwartek
19.03

zupa: Zupa kalafiorowa - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Potrawka z kurczaka - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g); kopytka - 1. Gluten (0g); Fasolka szparagowa z wody - (1, 7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: pierogi z owocami i sosem waniliowym, jogurt owocowy - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g) (1, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA BROKUŁOWA (mix sałat, kurczak, brokuł, pomidorki, kukurydza, mozarella, sos jogurtowy) - - 0 kcal

piątek
20.03

zupa: zupa zacierkowa - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Paluszki rybne - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 4. Ryby (0g); Ziemniaki - ; Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, jabłkiem i oliwą - (1, 3, 4) - 0 kcal

II danie bezmięsne: kotleciki warzywne - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 9. Seler (0g); Ziemniaki - ; Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, jabłkiem i oliwą - (1, 3, 9) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA NICEJSKA (mix sałat, tuńczyk, jajko, oliwki, pomidor, sos ziołowy) - - 0 kcal

Szkoła Podstawowa i Liceum Ogólnokształcące Fundacji Sternik ul. Staszica 1, 05-800 Pruszków

Kontakt z dostawcą - gk.catering@interia.pl

JADŁOSPIS

Menu podstawowe

23.03.2026 - 29.03.2026

poniedziałek
23.03

zupa: Zupa ziemniaczana z zieloną natką pietruszki - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Gulasz z indyka - 1. Gluten (0g); kluski śląskie - 1. Gluten (0g); surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem - (1) - 0 kcal

II danie bezmięsne: Makaron penne ze szpinakiem, suszonymi pomidorami i fetą - ; jogurt owocowy - 7. Mleko (0g) (7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA KEBABOWA (mix sałat, kurczak, ogórek konserwowy, kukurydza, papryka, sos jogurtowo - ketchupowy) - - 0 kcal

wtorek
24.03

zupa: zupa pomidorowa z makaronem - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 3, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: eskalopki z piersi kurczaka w sosie koperkowym - ; Ziemniaki - ; Surówka z marchewki - 7. Mleko (0g) (7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: Pierogi z serem i polewą truskawkową - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA CEZAR (mix sałat, kurczak, pomidor, grzanki, sos jogurtowy) - - 0 kcal

środa
25.03

zupa: kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami - 1. Gluten (0g), 9. Seler (0g) (1, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: Kotlet mielony - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Ziemniaki - ; surówka z buraczków z papryką i oliwą - (1, 3) - 0 kcal

II danie bezmięsne: kotleciki z kalafiora - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); Ziemniaki - ; surówka z buraczków z papryką i oliwą - (1, 3) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA SANTORINI (mix sałat, grillowana wieprzowina, feta, pomidor, papryka, sos ziołowy) - - 0 kcal

czwartek
26.03

zupa: Zupa koperkowa - 1. Gluten (0g), 7. Mleko (0g), 9. Seler (0g) (1, 7, 9) - 0 kcal

II danie mięsne: gyros z sosem tzatzyki - 7. Mleko (0g); Ryż - ; mix sałat z winogretem - (7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: krokiety z jajkiem i szczypiorkiem - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g); mix sałat z winegretem - (1, 3) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA HAWAJSKA (mix sałat, kurczak, ananas, żółty ser, pomidor, grzanki, sos ziołowy) - - 0 kcal

piątek
27.03

zupa: krem z cukinii z grzankami - - 0 kcal

II danie mięsne: kotleciki z morszczuka - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 4. Ryby (0g); Ziemniaki - ; Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą, czerwoną fasolą i marchewką - 7. Mleko (0g) (1, 3, 4, 7) - 0 kcal

II danie bezmięsne: kluski leniwe z masłem i bułeczką - 1. Gluten (0g), 3. Jaja (0g), 7. Mleko (0g); Owoc - (1, 3, 7) - 0 kcal

kompot: wieloowocowy - - 0 kcal

Salatka: SAŁATKA RYBAKA (mix sałat, łosoś, jajko, kiełki, pomidor, zielony ogórek, sos ziołowy) - - 0 kcal

Szkoła Podstawowa i Liceum Ogólnokształcące Fundacji Sternik ul. Staszica 1, 05-800 Pruszków

Kontakt z dostawcą - gk.catering@interia.pl