



JADŁOSPIS

Menu wegetariańskie

12.01.2026 - 18.01.2026

poniedziałek
12.01

zupa wegetariańska: Zupa jarzynowa z ziemniakami i zielonym groszkiem na wywarze warzywny (9)

II danie wegetariańskie: Makaron z soczewicą, pomidorami i pieczarkami; Surówka z buraków z cebulką (1, 3)

podwieczorek wegetariański: OWOC

wtorek
13.01

zupa wegetariańska: Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym (9)

II danie wegetariańskie: Nuggetsy z ciecierzycy; ZIEMNIAKI GOTOWANE; Surówka z białej kapusty z marchewką i sosem śmietanowomajonezowym (1, 3, 7, 10)

podwieczorek wegetariański: OWOC

środa
14.01

zupa wegetariańska: Zupa krem z żółtej soczewicy z ziemniakami na wywarze warzywnym; Grzanki (1, 9)

II danie wegetariańskie: Naleśniki tradycyjne smażone bez tłuszczu z dodatkiem mąki pełnoziarnistej; Twarożek do naleśników bez cukru; Polewa jogurtowa; Mandarynka do rączki (1, 3, 7)

podwieczorek wegetariański: OWOC

czwartek
15.01

zupa wegetariańska: Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami na wywarze warzywnym (9)

II danie wegetariańskie: Bitki sojowe w sosie własnym; KASZA JĘCZMIENNA; Kalafior gotowany na parze z oliwą (1, 6)

podwieczorek wegetariański: OWOC

piątek
16.01

zupa wegetariańska: Zupa brokułowa z makaronem i tofu na wywarze warzywnym (1, 3, 6, 7, 9)

II danie wegetariańskie: Paluszki serowe panierowane; Puree ziemniaczane z koperkiem i masłem; Marchewka z groszkiem na ciepło z masłem (1, 3, 7)

podwieczorek wegetariański: OWOC

Oznaczenia alergenów: 1. Zboża zawierające gluten, 2. Skorupiaki i produkty pochodne, 3. Jaja i produkty pochodne, 4. Ryby i produkty pochodne, 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne, 6. Soja i produkty pochodne, 7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8. Orzechy, 9. Seler i produkty pochodne, 10. Gorczyca i produkty pochodne, 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12. Dwutlenek siarki i siarczyny, 13. Łubin i produkty pochodne, 14. Mięczaki i produkty pochodne

Szczegółowy wykaz alergenów znajduje się w zakładce "Pomoc" po zalogowaniu do aplikacji www.zamowposilek.pl

SZKOŁA PODSTAWOWA NR 323 IM. POLSKICH OLIMPIJCZYKÓW, ul. Ludwika Hirszfelda 11