Jadłospis Cyklamenów Listopad 2026

Dieta podstawowa

Intendentpro

02.11.2026 **Poniedziałek**	03.11.2026 **Wtorek**	04.11.2026 **Środa**	05.11.2026 **Czwartek**	06.11.2026 **Piątek**
II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE
30ml Pesto słonecznikowe	**80g** Kotlet z kurczaka w panierce ***Alergeny:*** *jaja, pszenica*	**160g** Kluski leniwe z bułką tartą i jogurtem greckim ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica*	**100g** Klopsy wieprzowe w sosie pomidorowym ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko*	**100g** Filet z miruny w cieście ***Alergeny:*** *ryba, jaja, pszenica*
20g Prażona ciecierzyca	**150g** Ziemniaki gotowane	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**130g** Kasza pęczak na sypko ***Alergeny:*** *mleko, jęczmień*	**150g** Ziemniaki gotowane
60g Makaron pełnoziarnisty ***Alergeny:*** *pszenica*	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Woda z cytryną	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*
100g Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Kompot owocowy	**10g** Tortilla z tofu i warzywami ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Kompot owocowy	**200ml** Woda z miętą
25g Baton Flips ***Alergeny:*** *pszenica, soja, mleko*	**100g** Jabłko		**100g** Banan	**100g** Mus owocowy

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

mgr Monika Prochot

Jadłospis Cyklamenów Listopad 2026

Dieta podstawowa

Intendentpro

09.11.2026 **Poniedziałek**	10.11.2026 **Wtorek**	12.11.2026 **Czwartek**	13.11.2026 **Piątek**	
II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE	
200g Spaghetti bolognese ***Alergeny:*** *pszenica*	**130g** Udko z kurczaka pieczone	**150g** Ryż z jabłkami ***Alergeny:*** *mleko*	**65g** Paluszki rybne pieczone ***Alergeny:*** *pszenica, ryba*	
100g Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**150g** Ziemniaki gotowane	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**150g** Ziemniaki gotowane	
180ml Woda z cytryną	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Kompot owocowy	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	
100g Banan	**200ml** Kompot owocowy	**60g** Tost grahamowy z polędwicą z indyka ***Alergeny:*** *pszenica, mleko*	**200ml** Woda z miętą	
	60g Bułeczki drożdżowe z jabłkami ***Alergeny:*** *pszenica, mleko*		**100g** Jabłko	

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

mgr Monika Prochot

Jadłospis Cyklamenów Listopad 2026

Dieta podstawowa

Intendentpro

16.11.2026 **Poniedziałek**	17.11.2026 **Wtorek**	18.11.2026 **Środa**	19.11.2026 **Czwartek**	20.11.2026 **Piątek**
II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE
150g Makaron z pesto pomidorowym ***Alergeny:*** *pszenica, seler*	**80g** Kotlet schabowy ***Alergeny:*** *pszenica, jaja*	**250g** Pierogi z soczewicą ***Alergeny:*** *pszenica*	**70g** Eskalopki z kurczaka	**130g** Pulpeciki z miruny w sosie koperkowym ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko, ryba*
100g Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**130g** Ziemniaki gotowane	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**40g** Kasza jaglana	**130g** Ziemniaki gotowane
40g Pasztecik drożdżowy z kapusta i grzybami ***Alergeny:*** *mleko, pszenica, jaja*	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Woda	**200ml** Kompot owocowy	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*
200ml Woda z cytryną	**200ml** Kompot owocowy	**40g** Mieszanka studencka ***Alergeny:*** *orzechy*	**200ml** Sok jabłkowy 100%	**200ml** Woda
	100g Jabłko		**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**100g** Banan

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

mgr Monika Prochot

Jadłospis Cyklamenów Listopad 2026

Dieta podstawowa

Intendentpro

23.11.2026 **Poniedziałek**	24.11.2026 **Wtorek**	25.11.2026 **Środa**	26.11.2026 **Czwartek**	27.11.2026 **Piątek**
II DANIE **180g** Wegański sos boloński z soczewicą **40g** Makaron pełnoziarnisty ***Alergeny:*** *pszenica* **100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Woda z cytryną **100g** Mus owocowy	II DANIE **80g** Kotlet wieprzowy mielony z pieca ***Alergeny:*** *pszenica, jaja* **130g** Ziemniaki gotowane **100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Kompot owocowy **100g** Jabłko	II DANIE **200g** Pierogi ruskie ***Alergeny:*** *pszenica, mleko* **100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Woda **50g** Kanapka z pieczywa graham z szynką z indyka ***Alergeny:*** *mleko, pszenica* **30g** Ogórek	II DANIE **220g** Kurczak w sosie słodko-kwaśnym z ryżem **100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko* **200ml** Kompot owocowy **100g** Gruszka	II DANIE **80g** Filet z miruny pieczony z warzywami ***Alergeny:*** *ryba* **60g** Kasza kuskus ***Alergeny:*** *pszenica* **100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko* **150ml** Woda z miętą **15g** Chrupki kukurydziane bananowe

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy

mgr Monika Prochot

Jadłospis Cyklamenów Listopad 2026

Dieta podstawowa

Intendentpro

30.11.2026 **Poniedziałek**	01.12.2026 **Wtorek**	02.12.2026 **Środa**	03.12.2026 **Czwartek**	04.12.2026 **Piątek**
II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE	II DANIE
150g Chili sin carne	**80g** Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica*	**150g** Naleśniki z twarogiem ***Alergeny:*** *jaja, pszenica, mleko*	**130g** Gołąbki bez zawijania z szynki wieprzowej w sosie pomidorowym	**100g** Paluszki rybne pieczone ***Alergeny:*** *pszenica, ryba*
40g Kasza bulgur ***Alergeny:*** *pszenica*	**80g** Ryż brązowy	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**120g** Kasza gryczana, gotowana	**130g** Ziemniaki gotowane
100g Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**200ml** Woda z cytryną	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*	**100g** Bar sałatkowy ***Alergeny:*** *mleko*
35g Batonik RAW ***Alergeny:*** *orzechy*	**200ml** Woda z pomarańczą	**80g** Kanapka z rogala półfrancukiego z pasta warzywną ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko*	**200ml** Woda z cytryną i miętą	**200ml** Kompot owocowy
	100g Jabłko		**100g** Banan	**20g** Czekoladowy mikołaj ***Alergeny:*** *mleko, orzechy*

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej nr 404
im. Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy
mgr Monika Prochot