

# Menu Obiady Szkolne

Karol Piotrowski  
DIETETYK O SPECJALIZACJI KLINICZNEJ  
tel. +48 723 731 309  
e-mail: diet.karol.piotrowski@gmail.com



Piotrowski Karol

25.05.2026



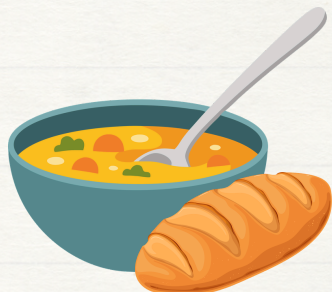
**Ryż 80g z sosem śmietanowo-brokułowym  
wieprzowo/wołowy 150g**

**Kompot z agrestu 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

352kcal  
13g B  
4g T  
60g W

26.05.2026



**Zupa Pomidorowa z włoszczyzną 200g  
duszoną polędwicą wieprzową 70 g i  
makaronem 70g  
chleb z masłem 50 g  
Smothie z jabłką,  
banana, gruszki, 200g**

361kcal  
12g B  
5g T  
58gW

27.05.2026



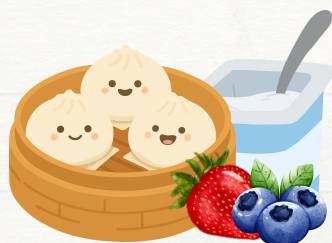
**Gulasz 150g z kaszą jęczmienną 80g  
+ ogórek kiszony 15g**

**Kompot wielowocowy  
(aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

347kcal  
11g B  
5g T  
60g W

28.05.2026



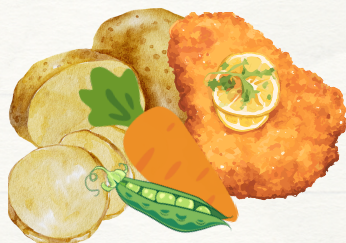
**Kluski na parze 120g z sosem  
jogurtowym owocowym (truskawka,  
jagoda) 100g Surówka (Gruszka,  
jabłko, nasiona Chia )**

**Kompot z agrestu 150 ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

346kcal  
14g B  
6g T  
55g W

29.05.2026



**Ryba miruna panierowana smażona 80g z  
ziemniakami 100g, surówka (kapusta  
biała , kukurydza, ogórek) 60g**

**Kompot porzeczkowy 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

352kcal  
15g B  
6g T  
53g W

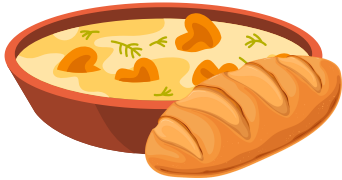
# Menu Obiady Szkolne

Karol Piotrowski  
DIETETYK O SPECJALIZACJI KLINICZNEJ  
tel. +48 723 731 309  
e-mail: diet.karol.piotrowski@gmail.com



P. Piotrowski Karol

01.06.2026



**Żurek z jajkiem 250g z kiełbasą Cielęcą 80g** 352kcal  
**chleb z masłem 50g** 14g B  
**Smoothie Owoce leśne i jabłko 200g** 6g T  
65g W

Alergeny 1,3,6,7,9,10

02.06.2026



**Mielony z wieprzowiny smażony 80g** 349kcal  
**+ puree ziemniaczane 120g +** 16g B  
**buraczki gotowane 80g** 7g T  
50g W

**Lemoniada z cytryną i**  
**miodem 150ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

03.06.2026



**Makaron z serem 120g z polewą** 347kcal  
**truskawkowo-śmietankową 100g** 12g B  
**Surówka (słonecznik, marchewka,** 15g T  
**jabłko) 100g** 58g W  
**Kompot z Agrestu 150ml**

Alergeny 1,6,7,8,9,10

04.06.2026

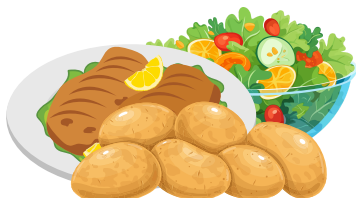


**Kopytka 120 g z sosem wieprzowo-** 355kcal  
**paprykowo-pieczarkowym 150 g** 13g B  
6g T  
48g W

**Kompot wieloowocowy**  
**(aronia, czereśnia, porzeczka) 150ml**

Alergeny 1,6,7,8,9,10

05.06.2026



**Paluszki rybne 80 g z puree** 356kcal  
**ziemniaczanym 120g + marchewka z** 17g B  
**grozkiem 80g** 7g T  
48g

**Sok tłoczony z pomarańczy 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

# Menu Obiady Szkolne

Karol Piotrowski  
DIETETYK O SPECJALIZACJI KLINICZNEJ  
tel. +48 723 731 309  
e-mail: diet.karol.piotrowski@gmail.com



Piotrowski Karol

08.06.2026



**Barszcz ukraiński 250g z wołowiną 75g  
chleb z masłem 50g**

**Smoothie porzeczka, jabłko, banan 200g**

342kcal  
12g B  
4g T  
60g W

Alergeny 1,6,7,9,10

09.06.2026



**Pierś z kurczaka panierowana , 90g  
+ puree 120g + surówka z jabłka i  
marchewki 50g  
Ice tea herbata z  
brzoskwinia 150ml**

365kcal  
18g B  
4g T  
60g W

Alergeny 1,6,7,9,10

10.06.2026



**Makaron Świderki 120g z sosem  
bolognese 150g (90g mięsa  
wieprzowo/wołowego w sosie )  
Lemoniada pomarańczowa 150ml**

351kcal  
14g B  
5g T  
50g W5

Alergeny 1,6,7,9,10

11.06.2026



**Pulpeciki drobiowo wieprzowe 100g z  
pure ziemniaczanym 120g i sosem  
koperkowym 100g  
Surówka (seler ,ogórek,kapusta) 100g  
Kompot wielowocowy  
(aronia, porzeczka, wiśnia) 150ml**

353kcal  
16g B  
6g T  
50g W

Alergeny 1,6,7,9,10

12.06.2026



**Ryba miruna 80 g + kasza bulgur z  
warzywami 180g (groszek, marchew,  
brokuł, kalafior)  
Woda z miętą i miodem 150ml**

348kcal  
17g B  
7g T  
47g

Alergeny 1,6,7,9,10

# Menu Obiady Szkolne

Karol Piotrowski  
DIETETYK O SPECJALIZACJI KLINICZNEJ  
tel. +48 723 731 309  
e-mail: diet.karol.piotrowski@gmail.com



Piotrowski Karol

15.06.2026



**Rosół Drobiowo- Wołowy 250 g z  
miksem włoszczyzny 70 g i  
makaronem 80g**

349kcal  
14g B  
5g T  
58g W

**Kompot jabłkowy 150 ml**

Alergeny 1,6,7,9,10

16.06.2026



**Naleśniki (3 sztuki) z serkiem  
waniliowym i frużeliną  
brzoskwiniową 100g**

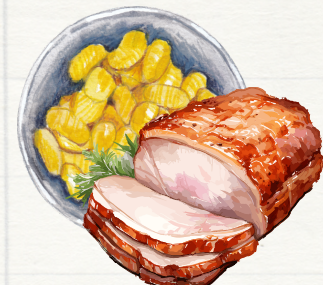
350kcal  
11g B

**Lemoniada z cytryną i  
miodem 150ml**

4g T  
63g W

Alergeny 1,6,7,9,10

17.06.2026



**Pieczeń wieprzowa 80g + kopytka  
90 g + kapusta czerwona (40g)**

356kcal  
12g B  
5g T  
56g W

**Kompot Agrestowy 150  
ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10

18.06.2026



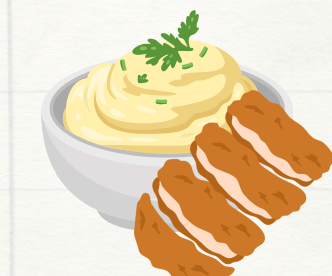
**Łazanki z kapustą i duszoną  
wieprzowiną 120g**

352kcal  
12g B  
5g T  
56g W

**Smoothie Banan, jabłko, jagoda 200g**

Alergeny 1,6,7,8,9,10

19.06.2026



**Kotlet z dorsza 70g przygotowywany na  
parze + puree ziemniaczane 120g +  
surówką z kapusty kiszzonej 120g**

351kcal  
14g B  
6g T  
50g

**Kompot z Truskawek 150ml**

Alergeny 1,3,6,7,9,10