

Jadłospis



na okres od dnia 19 październik 2026 r.
do dnia 30 październik 2026 r.

OBIADY dla Zespołu Oświatowego w Grygowie.

L.p.	Data, dzień tygodnia	Jadłospis
1	19 październik 2026 r. poniedziałek	Zupa jarzynowa z fasolką szparagową na wywarze warzywnym, ryż, prażone jabłuszko, jogurt, herbatka z cytryną (gluten, seler, jogurt)
2	20 październik 2026 r. wtorek	Ziemniaki, kotlet mielony, mizeria z jogurtem naturalnym, owoc, kompot (gluten, jaja)
3	21 październik 2026 r. środa	Barszcz ukraiński z czerwoną fasolą na wywarze warzywnym, kasza kuskus, sos warzywny z cukinią, pieczarką, papryką, soczewicą, herbata owocowa (gluten, seler,)
4	22 październik 2026 r. czwartek	Kluski śląskie, schab pieczony z warzywami, surówka z czerwonej kapusty, owoc, kompot (gluten, jaja)
5	23 październik 2026 r. piątek	Ziemniaki, ryba smażona w panierce, surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka, kompot (jaja, ryba, gluten)
6	26 październik 2026 r. poniedziałek	Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym, placki drożdżowe, mus owocowy, herbata (gluten, jaja, mleko, śmietana)
7	27 październik 2026 r. wtorek	Ziemniaki, pulpety z mięsa wieprzowego w sosie pomidorowym, sałata lodowa z ogórkiem zielonym, pomidorem, koperkiem z sosem winegret, owoc, kompot (gluten, jaja, jogurt)
8	28 październik 2026 r. środa	Rosół z makaronem, kopytka ze szpinakiem i skwarkami, surówka z marchewki i jabłka, herbata z cytryną (gluten, seler, jaja)
9	29 październik 2026 r. czwartek	Kasza gryczana biała, gulasz mięsno – pieczarkowy, duszone buraczki, kompot, owoc (gluten)
10	30 październik 2026 r. piątek	Ziemniaki, paluszki rybne pieczone, surówka z kapusty pekińskiej, kompot (gluten, ryba, jaja)

iż produkowane przez kuchnię Zespołu Oświatowego w Grygowie dania zawierają lub mogą zawierać składniki alergenne oznaczone kolorem czerwonym.