

Jadłospis szkolny 07.04. – 11.04.2025

07.04. Poniedziałek	08.04. Wtorek	09.04. Środa	10.04. Czwartek	11.04. Piątek
Żur z kielbasą, boczkiem i jajem 150 ml Składniki: woda, <u>jaja</u> kurze, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, mięso z kurczaka, sól, czosnek, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna osłonka wieprzowa), boczek wędzony (boczek wieprzowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, substancja konserwująca: azotyn sodu), zakwas na żurek (woda, zakwas chlebowy (mąka <u>żytnia</u> , woda), mąka <u>żytnia</u> razowa, mąka <u>pszenna</u> graham, czosnek), chrzan tarty (korzeń chrzanu, woda, olej rzepakowy, ocet spirytusowy, cukier, sól, kwas cytrynowy, <u>pirosiarczyn</u> sodu), natka pietruszki, masło klarowane (<u>z mleka</u>), sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie	Rosół drobiowo - wołowy z makaronem 150 ml Składniki: woda, kurczak, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , makaron (<u>pszenica</u>), por, wołowina szponder, cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk suszony, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy	Zupa kalafiorowa 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, śmietana (<u>z mleka</u>), masło (<u>z mleka</u>), natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie	Zupa pomidorowa z perłowym kuskusem 150 ml Składniki: woda, pulpa pomidorowa (pomidory, kwas cytrynowy sól), marchew, <u>seler</u> , pietruszka, kuskus perłowy (<u>pszenica</u>), koncentrat pomidorowy, śmietana (<u>z mleka</u>), por, masło (<u>z mleka</u>), natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie	Barszcz ukraiński z fasolą 150 ml Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, fasola biała, śmietana (<u>z mleka</u>), koncentrat barszczu czerwonego (sok z buraków, woda, cukier, sól, kwas cytrynowy, warzywa, ekstrakty warzywne, <u>seler</u> , przyprawy, aromaty naturalne), por, masło ekstra (<u>z mleka</u>), natka pietruszki, koperek, czosnek, sól, majeranek, sok z cytryny, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz
Makaron z soczewicą i sosem neapolitańskim 300 g Składniki: makaron pszenny, pomidory krojone (pomidory, zagęszczony sok pomidorowy, kwas cytrynowy), woda, soczewica czerwona, cebula, marchew, pietruszka, ser gouda (<u>z mleka</u>), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , oregano suszone, papryka słodka, sól, masło klarowane (<u>z mleka</u>), pieprz, papryka ostra, czosnek	Filet z piersi kurczaka 100 g Składniki: mięso z piersi kurczaka, bułka tarta (mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól), olej rzepakowy, <u>jaja</u> kurze, mąka <u>pszenna</u> , sól, pieprz	Gulasz węgierski 180 g Składniki: szynka wieprzowa, woda, karkówka, cebula, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy, czosnek, papryka wędzona, sól, papryka słodka, pieprz	Łosoś z fetą w białym sosie 100 g Składniki: łosoś (<u>ryba</u>), śmietana (<u>z mleka</u>), <u>mleko</u> krowie, ser typu "feta" (<u>z mleka</u>), skórka z cytryny, koperek, sól, pieprz	Pierogi ruskie ze smażoną cebulą i śmietaną 150 g Składniki: mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (<u>z mleka</u>), śmietana (<u>z mleka</u>), cebula, olej rzepakowy, woda, vegeta natur, pieprz, sól
	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól biała	Mix kasz 80 g Składniki: kasza bulgur (<u>pszenica</u>), kasza <u>jęczmienna</u> , oliwa, sól	Ryż paraboliczny 80 g Składniki: ryż paraboliczny, woda, olej, sól	Surówka z marchewki z chrzanem 60 g Składniki: marchew, śmietana (<u>z mleka</u>), chrzan tarty ((korzeń chrzanu, woda, olej rzepakowy, ocet spirytusowy, cukier, sól, kwas cytrynowy, <u>pirosiarczyn</u> sodu), sól
	Salata zielona z pomidorem i szczypiorem 50 g Składniki: sałata lodowa, pomidor, szczypiorek, oliwa, miód pszczeli, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> biała, ocet spirytusowy, cukier, sól, kurkuma), sok z cytryny, pieprz, sól	Surówka z kiszonego ogórka z jabłkiem i papryką 50 g Składniki: ogórek kiszony (ogórek gruntowy, woda, sól, koper, czosnek), papryka czerwona, jabłko, cebula, oliwa, pieprz	Surówka z białej kapusty z koperkiem 60 g Składniki: kapusta biała, marchew, olej rzepakowy, cukier, sok z cytryny, koperek, sól	
Herbata owoce lasu 200 ml Składniki: woda, miód pszczeli, herbata owoce lasu	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, agrest, truskawka, jabłko, miód pszczeli	Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, pomarańcza, cytryna, kurkuma	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, jabłko, porzeczka, goździki, miód pszczeli	Lemoniada 200 ml Składniki: woda, miód pszczeli, sok z cytryny
Jabłko Herbatniki BeBe zawiera: <u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u>	Mandarynka	Wafel Grzesiek zawiera: <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>orzechy laskowe</u> i <u>arachidowe</u>	Chrupiące jabłuszka	Mus owocowy

Szkoła zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie z przyczyn technologicznych i losowych. Do przygotowywania potraw na ciepło używamy oleju rzepakowego, natomiast do surówek i sałatek oleje nierafinowane: oliwa z oliwek, rzepakowy, lniany.

Jadłospis szkolny 07.04. – 11.04.2025

--	--	--	--	--