

Jadłospis szkolny 09.06. – 13.06.2025

09.06. Poniedziałek	10.06. Wtorek	11.06. Środa	12.06. Czwartek	13.06. Piątek
Zupa gołąbkowa 150 ml Składniki: woda, kapusta włoska, pomidory krojone (pomidory, zagęszczony sok pomidorowy, kwasek cytrynowy), mięso mielone wieprzowo- wołowe, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, ryż biały, koncentrat pomidorowy, masło klarowane (<u>z mleka</u>), czosnek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek	Zupa jarzynowa z groszkiem 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , kalafior, groszek zielony, śmietana (<u>z mleka</u>), por, masło (<u>z mleka</u>), koperek, lubczyk świeży, sól, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz	Krem z białych warzyw 150 ml Składniki: woda, kalafior, ziemniaki, szparagi, konserwowe (szparagi, woda, sól, kwas cytrynowy), <u>seler</u> , śmietana (<u>z mleka</u>), por, czosnek, sól, ziele angielskie, masło (<u>z mleka</u>), pieprz, liść laurowy	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	Krupnik z kaszą jęczmienną 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , kasza <u>jęczmienna</u> , masło klarowane (<u>z mleka</u>), por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki
Sos śmietanowo koperkowy 120 ml Składniki: woda, <u>mleko</u> , śmietana (<u>z mleka</u>), masło klarowane, koper, mąka <u>pszenna</u> , sól, pieprz	Kurczak po azjatycku 140 g Składniki: udo z kurczaka, mieszanka chińska, woda, papryka kolorowa, szczypiorek, cebula, mleko kokosowe, sos sojowy (woda, <u>soja</u> , sól, mąka <u>pszenna</u> , cukier, guma ksantanowa) skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, imbir świeży, czosnek, sól, pieprz	Kotlet schabowy 100 g Składniki: schab, bułka tarta (mąka <u>pszenna</u> , mąka <u>żytnia</u> , drożdże, woda, sól), olej rzepakowy, jaja, mąka <u>pszenna</u> , sól, pieprz	Paluszki z filetów rybnych 100 g Składniki: filety z mintaja, miruny lub morszczuka, mąka pszenna, olej rzepakowy, skrobia pszenna modyfikowana, skrobia tapiokowa, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże) Sos czosnkowy 30 g Składniki: majonez (olej rzepakowy, żółtko <u>jaja</u> , ocet, musztarda(woda, <u>gorczyca</u> , ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz, kwas	Bułki drożdżowe na parze 150 g Składniki: mąka <u>pszenna</u> , woda, drożdże piekarskie, cukier, sól, mieszanka piekarnicza (mąka <u>pszenna</u> , skrobia kukurydziana, żółtko <u>jaja</u>)
Kopytka 100 g Składniki: ziemniaki, mąka <u>pszenna</u> , mąka ziemniaczana, sól, kurkuma wędzona, kmin rzymski, pieprz	Ryż z pieczoną ciecierzycą 80 g Składniki: ryż paraboliczny, ciecierzycza, olej rzepakowy, sól	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól biała	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól biała	Sos jogurtowy 80 g Truskawki 100 g
Surówka z kiszonego ogórka z jabłkiem i cebulą 50 g Składniki: ogórek kiszony (ogórek gruntowy, woda, sól, koper, czosnek), jabłko, cebula, oliwa, pieprz		Mizeria ze śmietaną 60 g Składniki: ogórek, śmietana (<u>z mleka</u>), koperek	Surówka z kapusty młodej 60 g Składniki: kapusta młoda, marchew, koper, oliwa z oliwek, sól, pieprz	
Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, jabłko, porzeczka, miód	Herbata ziołowa 200 ml Składniki: woda, sok z pomarańczy, miód, herbata rumiankowa	Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, marchew, pietruszka, cytryna	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, agrest, jabłko, wiśnia, miód	Lemoniada 150 ml Składniki: woda, sok z cytryny, miód
Ciastko zbożowe 50g zawiera: (<u>pszenica</u> , <u>żyto</u> , <u>jęczmień</u> , <u>owies</u> , <u>orkisz</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u> , <u>orzechy</u>)	Serek homogenizowany 150 g zawiera: twaróg odtłuszczony (<u>z mleka</u>), śmietanka (<u>z mleka</u>)	Jabłko	Arbuz	Wafel Grzesiek zawiera: <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>orzechy</u> <u>laskowe</u> i <u>arachidowe</u>