

Jadłospis szkolny 23.06. – 27.06.2025

23.06. Poniedziałek	24.06. Wtorek	25.06. Środa	26.06. Czwartek	27.06. Piątek
Zupa jarzynowa z ziemniakami 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, schab wieprzowy, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, brukselka, fasolka szparagowa, kalafior, brokuł, śmietana (<u>z mleka</u>), por, masło ekstra (<u>z mleka</u>), lubczyk świeży, ziele angielskie, liść laurowy, koper, pieprz	Barszcz czerwony z ziemniakami 150 ml Składniki: woda, buraki, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, koncentrat barszczu czerwonego (sok z buraków, woda, cukier, sól, kwas cytrynowy, warzywa, ekstrakty warzywne, <u>seler</u> , przyprawy, aromaty), por, koperek, czosnek, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek	Zupa pomidorowa z makaronem i soczewicą 150 ml Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), marchew, <u>seler</u> , pietruszka, makaron pełnoziarnisty <u>pszenny</u> , koncentrat pomidorowy, soczewica czerwona, śmietana (<u>z mleka</u>), por, natka pietruszki, sól, pieprz, lubczyk świeży, liść laurowy, ziele angielskie	Żur z jajem i ziemniakami 150 ml Składniki: woda, <u>jaj</u> kurze, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, 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	
Spaghetti po bolońsku 270 g Składniki: makaron <u>pszenny</u> , łopatka wieprzowa, pomidory krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), woda, cebula, ser parmezan (<u>z mleka</u>), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, roszponka, mąka <u>pszenna</u> , oregano suszone, papryka słodka, sól, masło klarowane (<u>z mleka</u>), pieprz, papryka ostra, czosnek	Gyros drobiowy 100 g Składniki: udo z kurczaka, olej rzepakowy, papryka wędzona, papryka słodka, czosnek, majeranek, kurkuma, kmin rzymski, rozmaryn suszony, papryka ostra, sól biała, imbir Dip majonezowy 30 g Składniki: majonez (olej rzepakowy, żółtko <u>jaj</u> , ocet, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> , ocet, sól, przyprawy, przeciwutleniacz, kwas cytrynowy)) keczup (przecier pomidorowy, cukier, ocet spirytusowy, skrobia kukurydziana, sól, naturalne aromaty)	Beuf Strogonoff Składniki: udziec wołowy, woda, pieczarki, papryka czerwona, cebula, koncentrat pomidorowy, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> , ocet, sól, przyprawy, przeciwutleniacz, kwas cytrynowy), mąka <u>pszenna</u> , śmietana (<u>z mleka</u>), masło klarowane, sól, pieprz, papryka mielona	Pierogi ruskie ze smażoną cebulką 150 g Składniki: mąka <u>pszenna</u> , ziemniaki, ser twarogowy (<u>z mleka</u>), woda, olej rzepakowy, cebula, sól, przyprawa warzywna (sól, cukier, warzywa suszone - marchew, pasternak, pietruszka, cebula, kurkuma), pieprz	
	Żółty ryż 80 g Składniki: ryż paraboliczny, kukurydza, olej rzepakowy, sól, kurkuma	Kasza jęczmienna na sypko 80 g Składniki: kasza <u>jęczmienna</u> , masło (<u>z mleka</u>), sól		
Salata zielona z dressingiem 35 g Składniki: salata lodowa, oliwa z oliwek, sok ze świeżej cytryny, miód pszczeli, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> biała, ocet, cukier, sól, kurkuma), sól, pieprz, koperek, natka pietruszki, czosnek	Pomidorki koktajlowe 80 g	Surówka z białej kapusty 60 g Składniki: kapusta biała, koperek, olej rzepakowy, sok z cytryny, cukier, sól, pieprz		
Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, porzeczka, truskawka, miód	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, truskawka, agrest, miód	Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, pomarańcza, wiśnia	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, truskawka, agrest, aronia, jabłko, miód	
Wafel Grzesiek Zawiera: <u>pszenica</u> , <u>mleko</u> , <u>soja</u> , <u>orzechy laskowe</u> i <u>arachidowe</u>	Chrupiące jabłuszka	Arbuz	Mix przekąsek	