

Jadłospis szkolny 24.11. – 28.11.2025

24.11. Poniedziałek	25.11. Wtorek	26.11. Środa	27.11. Czwartek	28.11. Piątek
Rosół drobiowo - wołowy z makaronem 150 ml Składniki: woda, kurczak, kaczka, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , makaron (<u>pszenica</u>), por, wołowina szponder, cebula, natka pietruszki, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy	Krupnik 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	Barszcz ukraiński z fasolą 150 ml Składniki: woda, buraki, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, żebro wieprzowe, kapusta włoska, 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), koncentrat pomidorowy, por, koper, czosnek, sól, majeranek, sok z cytryny, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz	Krem z pomidorów z fetą, bazylią i oliwą z oliwek 150 ml Składniki: woda, kurczak, marchew, pomidory krojone (pomidory, zagęszczony sok pomidorowy, kwasek cytrynowy), pietruszka, <u>seler</u> , ziemniaki, śmietana (<u>z mleka</u>), por, czosnek, sól, ser feta, ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, bazylia, oliwa z oliwek	Kwaśnica na żeberkach 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, żebro wieprzowe, boczek ze spiżarni (boczek wieprzowy, cukier, sól, przyprawy naturalne, substancja konserwująca: azotyn sodu), kapusta kiszona (kapusta, sól, marchew), marchew, pietruszka, <u>seler</u> , por, natka pietruszki, sól, majeranek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Pulpety w sosie koperkowym 200 g Składniki: mięso mielone wieprzowo, woda, <u>jaia</u> , cebula, bułka śniadaniowa (mąka <u>pszenna</u> , woda, drożdże, cukier, tłuszcz roślinny, sól), czosnek, majeranek, sól, pieprz sos: woda, masło klarowane (<u>z mleka</u>), śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u> , koper, sól, pieprz	Indyk w sosie słodko kwaśnym 200 g Składniki: filet z indyka, mieszanka chlebska, woda, cebula, papryka kolorowa, koncentrat pomidorowy, sos <u>sojowy</u> (<u>soja</u> , woda, sól, barwnik E 150c, mąka <u>pszenna</u> , cukier, guma ksantanowa), skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, imbir świeży, czosnek, sól biała, pieprz	Bitki wieprzowe w sosie własnym 200 g Składniki: szynka wieprzowa, woda, cebula, olej rzepakowy, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u> , sól, czosnek, papryka słodka, pieprz	Paluszki z filetów rybnych 100 g Składniki: filety z mintaja, mąka <u>pszenna</u> , sól, przyprawy, drożdże, olej rzepakowy, woda, grysik ryżowy, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy	Makaron z sosem szpinakowym i parmezanem 200 g Składniki: makaron <u>pszenny</u> , woda, szpinak, cebula, masło klarowane (<u>z mleka</u>), ser mascarpone (<u>z mleka</u>), ser parmezan (<u>z mleka</u>), czosnek, sól, pieprz
Kasza jęczmienna na sypko 80 g Składniki: kasza <u>jęczmienna</u> , masło (<u>z mleka</u>), sól	Ryż 80 g Składniki: ryż paraboliczny, oliwa z oliwek, sól	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól	
Surówka z kiszzonego ogórka z jabłkiem i papryką 50 g Składniki: ogórek kiszony (ogórek gruntowy, woda, sól, koper, czosnek), papryka czerwona, jabłko, por, oliwa, pieprz	Mix kiełków	Marchewka z groszkiem 60 g Składniki: marchew z groszkiem, woda, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u> , masło klarowane (<u>z mleka</u>), cukier, sól	Surówka z kapusty pekińskiej 60 g Składniki: sałata rzymska, ogórek zielony, papryka czerwona, kukurydza konserwowa (ziarno, woda, sól, kwas cytrynowy), majonez (olej rzepakowy, musztarda (woda, ocet spirytusowy, <u>gorczyca</u> , cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka <u>jaj</u>), sól, pieprz	Salata zielona z pomidorkami 60 g Składniki: sałata rzymska, pomidorki koktajlowe, oliwa z oliwek, sok z cytryny, miód, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> biała, ocet, cukier, sól, kurkuma), sól, pieprz, koperek, natka pietruszki, czosnek
Woda pomarańczowa z goździkami 200 ml Składniki: woda, sok z pomarańczy, miód, goździki	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, aronia, agrest, jabłko, miód	Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, biała kapusta, cytryna	Herbata z melisy 200 ml Składniki: woda, miód, herbata z melisy	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, dynia, mango, miód
Baton muesli z owocami 40 g zawiera: płatki <u>owsiane</u> , lecytyna (<u>z soi</u>), serwatka (<u>z mleka</u>)	Herbatniki BeBe 16g zawiera: (<u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u>) Banan	Bułka słodka 1 sztuka zawiera: (mąka <u>pszenna</u> , <u>jaja</u> , ser twarogowy (<u>z mleka</u>)) Gruszka	Serek homogenizowany 150 g zawiera: twaróg odtłuszczony (<u>z mleka</u>), śmietanka (<u>z mleka</u>)	Jabłko, mandarynka

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

[Produkty mleczne zastępujemy mlekiem kokosowym i jogurtem kokosowym.](#)