

Jadłospis szkolny 23.02. – 27.02.2026

23.02. Poniedziałek	24.02. Wtorek	25.02. Środa	26.02. Czwartek	27.02. Piątek
Żur z jajem i ziemniakami 150 ml Składniki: woda, <u>jaja</u> , kurze, ziemniaki, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, zakwas na żurek (woda, mąka <u>żytnia</u> , czosnek, liść laurowy), chrzan tarty (chrzan, woda, cukier, kwas cytrynowy, sól), natka pietruszki, masło klarowane (<u>z mleka</u>), sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie	Krupnik z kaszą pęczak 150 ml Składniki: woda, schab, ziemniaki, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , kasza pęczak <u>jęczmienna</u> , masło klarowane (<u>z mleka</u>), por, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki	Zupa ogórkowa z ryżem 150 ml Składniki: woda, ogórek kiszony (woda, ogórek gruntowy, sól, koper, czosnek), ryż, marchew, <u>seler</u> , pietruszka, śmietana (<u>z mleka</u>), por, masło klarowane (<u>z mleka</u>), ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki	Krem z cukinii z groszkiem ptysiowym 150 ml Składniki: woda, cukinia, ser mascarpone (<u>z mleka</u>), por, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie groszek ptysiowy: <u>jaja</u> , mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy, sól	Zupa gulaszowa 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, łopatka wieprzowa, marchew, pietruszka, <u>seler</u> , papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, por, cebula, olej rzepakowy, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Chilli con carne 200 g Składniki: mięso mielone wieprzowo - wołowe, fasola czerwona konserwowa (fasola czerwona, woda, sól), papryka czerwona, kukurydza mrożona, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), woda, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u> , papryka słodka, sól biała, oregano suszone, czosnek, papryka ostra, pieprz	Bitki schabowe w sosie własnym 100 g Składniki: schab surowy, woda, cebula, olej rzepakowy, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u> , sól, czosnek, papryka słodka, pieprz	Fasolka po bretońsku 200 g Składniki: woda, fasola biała, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, czosnek, sól, cukier, przyprawy naturalne, naturalna osłonka wieprzowa), karkówka wieprzowa, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka <u>pszenna</u> , olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz, majeranek	Filet z łososia z ziołami i skórką cytryny 100 g Składniki: łosoś, oliwa z oliwek, czosnek, sok z cytryny, natka pietruszki, koperek, sól, pieprz	Makaron z sosem brokułowym i parmezanem 200 g Składniki: makaron <u>pszenny</u> , woda, brokuł, cebula, masło klarowane (<u>z mleka</u>), ser mascarpone (<u>z mleka</u>), ser parmezan (<u>z mleka</u>), czosnek, sól, pieprz
Ryż 80 g Składniki: ryż paraboliczny, olej rzepakowy, sól	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól	Bułka śniadaniowa Składniki: mąka <u>pszenna</u> , woda, drożdże, cukier, tłuszcz roślinny, sól	Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól	
	Buraczki 90g Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól, pieprz	Ogórek zielony, papryka 80 g	Surówka z kiszonej kapusty i jabłka 60 g Składniki: kapusta kiszona (kapusta, sól, marchew), marchew, jabłko, olej rzepakowy, cukier, pieprz	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
Herbata miętowa 200 ml Składniki: woda, miód, mięta	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, śliwka, jabłko, miód	Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, gruszka, szpinak, limonka	Kompot owocowy 200 ml Składniki: woda, wiśnia, jabłko, miód	Sok owocowy 200 ml
Ciastko owsiane z żurawiną zawiera: płatki <u>owsiane</u> , mąka <u>owsiana</u> , serwatka w proszku (<u>z mleka</u>)	Jabłko, pomarańcza	Jagodowe rolsy	Ananas, melon	Herbatniki BeBe 16g zawiera: (<u>pszenica</u> , <u>soja</u> , <u>mleko</u>) Jogurt pitny 150 ml zawiera: <u>mleko</u>

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.](#)