

Jadłospis szkolny 20.04. – 24.04.2026

13.04. Poniedziałek	14.04. Wtorek	15.04. Środa	16.04. Czwartek	17.04. Piątek
<p>Wiosenny kapuśniak 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, kurczak, kapusta biała, marchew, pietruszka, seler, por, śmietana (z mleka), koper, lubczyk, natka pietruszki, sól, ziele angielskie, pieprz</p>	<p>Zupa brokułowa z ryżem 150 ml Składniki: woda, brokuły, marchew, seler, pietruszka, ryż biały, śmietana (z mleka), natka pietruszki, sól, lubczyk, masło klarowane (z mleka), tymianek, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p>Krem z cukinii z grzankami maślanymi 150 ml Składniki: woda, cukinia, ser mascarpone (z mleka), por, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Grzanki: chleb mieszany (zakwas żytni, mąka żytnia, mąka pszenna, woda, sól)</p>	<p>Zupa pomidorowa z czerwonym makaronem 150 ml Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), marchew, seler, pietruszka, makaron z soczewicy, koncentrat pomidorowy, śmietana (z mleka), por, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p>Zupa jarzynowa z fasolka szparagową 150 ml Składniki: woda, porcja rosółowa z indyka, fasolka szparagowa, ziemniaki, marchew, seler, pietruszka, masło klarowane (z mleka), natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>
<p>Indyk w sosie słodko – kwaśnym 180 g Składniki: filet z indyka, mieszanka chińska, woda, cebula, ananas, papryka kolorowa, koncentrat pomidorowy, sos sojowy (soja), woda, sól, barwnik E 150c, mąka pszenna, cukier, guma ksantanowa), skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, imbir świeży, czosnek, sól biała, pieprz</p>	<p>Pulpety w sosie koperkowym 130 g Składniki: mięso mielone wieprzowe, woda, jaja, woda, bułka śniadaniowa (mąka pszenna, woda, drożdże, cukier, tłuszcz roślinny, sól), koper, śmietana (z mleka), mąka pszenna, czosnek, majeranek, sól, pieprz</p>	<p>Dramstik z kurczaka 1 sztuka Składniki: dramstik z kurczaka, olej rzepakowy, papryka słodka mielona, czosnek granulowany, pieprz, sól</p>	<p>Chrupiąca rybka 120 g Składniki: filet z dorsza (ryba), jaja, mąka pszenna, bułka tarta (mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, woda, sól), sól, pieprz</p>	<p>Makaron z twarogiem, migdałami i sosem truskawkowym 220 g Składniki: makaron (pszenica), ser twarogowy tusty (z mleka), płatki migdałowe, ananas, borówka, truskawka, miód</p>
<p>Ryż 80 g Składniki: ryż paraboliczny, olej z pestek winogron, sól</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, mleko krowie, masło (z mleka), koperek, sól</p>	<p>Mix kasz z soczewicą 80 g Składniki: kasza bulgur (pszenica), kasza jęczmienna, płatki soczewicy zielonej, oliwa, sól</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, mleko krowie, masło (z mleka), koperek, sól</p>	
	<p>Buraczki 90g Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, cytryna, sól, pieprz</p>	<p>Salata zielona z dressingiem 35 g Składniki: salata lodowa, salata rzymska, jarmuż, oliwa z oliwek, sok z cytryny, miód pszczeli, musztarda (woda, gorczyca biała, ocet, cukier, sól, kurkuma), sól, pieprz, koperek, natka pietruszki, czosnek</p>	<p>Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i cebulą 60 g Składniki: kapusta pekińska, marchew, cebula, majonez (olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet, musztarda(woda, gorczyca, ocet, sól, cukier, przyprawy, aromat), cukier, sól, przyprawy, przeciwutleniacz, kwas cytrynowy), jogurt grecki (z mleka), sól, pieprz</p>	
<p>Kompot 200 ml Składniki: woda, rabarbar, gruszka, miód</p>	<p>Herbata ziołowa 200 ml Składniki: woda, miód, herbata z lipy</p>	<p>Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, gruszka, czerwona porzeczka</p>	<p>Woda z miętą i cytryną 200 ml Składniki: woda, sok z cytryny, świeża mięta</p>	<p>Kompot 200 ml Składniki: woda, jabłko, śliwka, miód</p>
<p>Kalarepa Ciastko owsiane zawiera: płatki owsiane, mąka owsiana, mleko</p>	<p>Jabłko Wafle ryżowe o smaku pizzy</p>	<p>Baton muesli z żurawiną zawiera: płatki owsiane, soja</p>	<p>Ananas Baton orzechowy z nasionami chia Zawiera: orzechy arachidowe, migdały, orzechy laskowe</p>	<p>Mus owocowy Herbatniki BeBe zawiera: pszenica, soja, mleko</p>

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.](#)