

# Jadłospis szkolny 01.06. – 05.06.2026

01.06. Poniedziałek	02.06. Wtorek	03.06. Środa	04.06. Czwartek	05.06. Piątek
<p><b>Zupa pomidorowa z makaronem 150 ml</b> Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), marchew, <u>seler</u>, pietruszka, makaron z soczewicy, koncentrat pomidorowy, śmietana (<u>z mleka</u>), por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p><b>Żur z jajem i ziemniakami 150 ml</b> 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</p>	<p><b>Zupa brokułowa z ryżem 150 ml</b> Składniki: woda, ryż, brokuł, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, śmietana (<u>z mleka</u>), masło (<u>z mleka</u>), natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>		
<p><b>Gulasz węgierski 180 g</b> Składniki: łopatka i karkówka wieprzowa, woda, cebula, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, czosnek, papryka wędzona, sól, papryka słodka, pieprz</p>	<p><b>Makaron z truskawkami i sosem waniliowym 220 g</b> Składniki: makaron (<u>pszenica</u>), jogurt naturalny (<u>z mleka</u>), truskawki, cukier z wanilią</p>	<p><b>Udko z kurczaka pieczone 100 g</b> Składniki: dramstik z kurczaka, olej rzepakowy, papryka słodka mielona, czosnek granulowany, pieprz, sól</p>		
<p><b>Kasza gryczana na sypko 80 g</b> Składniki: kasza gryczana, masło (<u>z mleka</u>), sól</p>		<p><b>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g</b> Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u>, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól</p>		
<p><b>Salata zielona ze śmietaną 35 g</b> Składniki: sałata rzymska, sałata lodowa, śmietana (<u>z mleka</u>), sok z cytryny, miód, sól</p>		<p><b>Surówka z kapusty pekińskiej 60 g</b> Składniki: kapusta pekińska, ogórek zielony, papryka czerwona, majonez (olej rzepakowy, musztarda (woda, ocet spirytusowy, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka <u>ja</u>), sól, pieprz</p>		
<p><b>Woda z maliną i cytryną 200 ml</b> Składniki: woda, maliny, sok z cytryny</p>	<p><b>Kompot 200 ml</b> Składniki: woda, agrest, truskawka, jabłko, miód</p>	<p><b>Sok tłoczony 200 ml</b> Składniki: jabłko, gruszka, szpinak, limonka</p>		
<p><b>Lody owocowe</b></p>	<p><b>Arbuz Baton z miodem</b> zawiera: płatki <u>owsiane</u>, mąka <u>owsiana</u>, <u>mleko</u></p>	<p><b>Chrupiące jabłuszka</b></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, olej z pestek winogron, rzepakowy.

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