

Jadłospis szkolny 18.05. – 22.05.2026

18.05. Poniedziałek	19.05. Wtorek	20.05. Środa	21.05. Czwartek	22.05. Piątek
<p>Krem z białych warzyw 150 ml Składniki: woda, szparagi konserwowe (szparagi, woda, sól, kwas cytrynowy), <u>seler</u>, pietruszka, ziemniaki, śmietana (<u>z mleka</u>), por, czosnek, sól, ziele angielskie, masło klarowane (<u>z mleka</u>), pieprz, liść laurowy, groszek ptysiowy (<u>jaja</u>, mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, sól)</p>	<p>Rosół drobiowo - wołowy z makaronem 150 ml Składniki: woda, kurczak, kaczka, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, makaron (<u>pszemica</u>), por, wołowina szponder, cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p>	<p>Biały barszcz z jajem 150 ml Składniki: woda, <u>jaja</u>, ziemniaki, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, zakwas na barszcz: woda, zakwas chlebowy (mąka <u>pszenna</u>, woda), mąka <u>pszenna</u> graham, czosnek, chrzan tarty (korzeń chrzanu, woda, olej rzepakowy, ocet spirytusowy, cukier, sól, kwas cytrynowy, <u>pirosiarczyn</u> sodu), por, natka pietruszki, masło klarowane (<u>z mleka</u>), śmietana (<u>z mleka</u>), natka pietruszki, majeranek, sól biała, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz</p>	<p>Zupa pomidorowa 150 ml z ryżem Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), marchew, <u>seler</u>, pietruszka, ryż, koncentrat pomidorowy, śmietana (<u>z mleka</u>), por, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p>Kremowa zupa warzywna 150 ml Składniki: woda, dynia, bataty, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, masło (<u>z mleka</u>), mleko kokosowe, ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki, sól, pieprz Groszek ptysiowy (<u>jaja</u>, mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, sól)</p>
<p>Spaghetti po bolońsku 270 g Składniki: makaron <u>pszenny</u>, łopatka wieprzowa, karkówka wieprzowa, pomidory krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), woda, cebula, ser parmezan (<u>z mleka</u>), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, oregano suszone, papryka słodka, sól, pieprz, papryka ostra, czosnek, bazylija</p>	<p>Indyk w sosie słodko – kwaśnym 180 g Składniki: filet z indyka, mieszanka chińska, woda, cebula, ananas, 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</p>	<p>Gulasz węgierski 180 g Składniki: szynka wieprzowa, woda, karkówka, 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>Jajo sadzone 1 sztuka Składniki: <u>jajo</u> kurcze, sól, olej rzepakowy</p>	<p>Bułki drożdżowe na parze 150 g Składniki: mąka <u>pszenna</u>, woda, cukier, <u>mleko</u>, drożdże, tłuszcz roślinny, <u>jaja</u>, sól Sos truskawkowy 50 g Składniki: truskawka, cukier, cukier waniliowy</p>
<p>Rukola</p>	<p>Ryż 80 g Składniki: ryż paraboliczny, olej z pestek winogron, sól</p>	<p>Kluski śląskie 80 g Składniki: ziemniaki, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, sól</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u> krowie, masło (<u>z mleka</u>), koperki, sól biała</p>	
			<p>Mizeria ze śmietaną 60 g Składniki: ogórek, rzodkiewka, śmietana (<u>z mleka</u>), szczypiorek, sól, pieprz</p>	
<p>Herbata ziołowa 200 ml Składniki: woda, miód, rumianek, sok z cytryny</p>	<p>Woda z pomarańczą 200 ml Składniki: woda, sok z pomarańczy</p>	<p>Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, ogórek, szpinak, cytryna</p>	<p>Kompot 200 ml Składniki: woda, aronia, truskawka, jabłko, miód</p>	<p>Kompot 200 ml Składniki: woda, porzeczka czerwona, gruszka, jabłko, miód</p>
<p>Melon mix</p>	<p>Jabłko Herbatniki BeBe 16g Zawiera: (<u>pszemica</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>)</p>	<p>Winogrona</p>	<p>Baton muesli z bananem 40 g Zawiera: płatki <u>owsiane</u>, <u>soja</u></p>	<p>Baton z owoców liofilizowanych</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, olej rzepakowy, olej sezamowy.

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