

Jadłospis szkolny 22.06. – 26.06.2026

22.06. Poniedziałek	23.06. Wtorek	24.06. Środa	25.06. Czwartek	26.06. Piątek
<p>Rosół drobiowo - wołowy z makaronem 150 ml</p> <p>Składniki: woda, kurczak, kaczką, prega wołowa, marchew, pietruszka, seler, makaron (pszenica), por, cebula, natka pietruszki, sól, lubczyk, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy</p>	<p>Krem pomidorowy 150 ml</p> <p>Składniki: woda, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), kurczak, marchew, seler, pietruszka, koncentrat pomidorowy, śmietana (z mleka), por, lubczyk, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie grozdek ptysiowy: (jaja, mąka pszenna, olej rzepakowy, sól)</p>	<p>Zupa jarzynowa 150 ml</p> <p>Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, seler, kalafior, fasolka szparagowa, groszek, śmietana (z mleka), por, masło (z mleka), sól, koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz</p>	<p>Kartoflanka 150 ml</p> <p>Składniki: woda, ziemniaki, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, mięso z kurczaka, sól, czosnek, przyprawy naturalne, cukier, substancja konserwująca: azotyn sodu, naturalna oślonka wieprzowa), cebula, marchew, pietruszka, seler, czosnek, sól, ziele angielskie, pieprz, liść laurowy, majeranek</p>	
<p>Chilli con carne 200 g</p> <p>Składniki: mięso mielone wieprzowe, 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 pszenna, papryka słodka, sól biała, oregano suszone, czosnek, papryka ostra, pieprz</p>	<p>Jajo sadzone 1 sztuka</p> <p>Składniki: jajo kurze, sól, olej rzepakowy</p>	<p>Schab duszony z warzywami 180 g</p> <p>Składniki: schab wieprzowy, woda, marchew, groszek, cebula, papryka czerwona, pomidory w puszcze krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), koncentrat pomidorowy, śmietana (z mleka), mąka pszenna, olej rzepakowy, czosnek, papryka wędzona, sól, papryka słodka, pieprz</p>	<p>Makaron z sosem truskawkowym 220 g</p> <p>Składniki: makaron (pszenica), truskawki, cukier z wanilią</p>	
<p>Mix ryż 80 g</p> <p>Składniki: ryż paraboliczny, ryż brązowy, olej rzepakowy, sól</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g</p> <p>Składniki: ziemniaki, mleko, masło (z mleka), koperek, sól</p>	<p>Kasza jęczmienna na sypko 80 g</p> <p>Składniki: kasza jęczmienna, masło (z mleka), sól</p>		
	<p>Mizeria ze śmietaną 60 g</p> <p>Składniki: ogórek, śmietana (z mleka), koperek</p>	<p>Salata zielona z dressingiem 35 g</p> <p>Składniki: sałata lodowa, sałata rzymska, oliwa z oliwek, sok z cytryny, miód pszczoły, musztarda (woda, gorczycza biała, ocet, cukier, sól, kurkuma), sól, pieprz, koperek, natka pietruszki, czosnek</p>		
<p>Herbata mix ziół 200 ml</p> <p>Składniki: woda, miód, lipa, rumianek, mięta</p>	<p>Woda z maliną i cytryną 200 ml</p> <p>Składniki: woda, malina, cytryna</p>	<p>Sok tłoczony 200 ml</p> <p>Składniki: jabłko, gruszka, czerwona porzeczka</p>	<p>Lemoniada 200 ml</p> <p>Składniki: woda, sok z cytryny, miód</p>	
<p>Arbuz</p>	<p>Popcorn malinowy</p>	<p>Melon</p>	<p>Herbatniki BeBe 16g</p> <p>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, olej z pestek winogron, rzepakowy.

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