

Jadłospis szkolny 08.06. – 12.06.2026

08.06. Poniedziałek	09.06. Wtorek	10.06. Środa	11.06. Czwartek	12.06. Piątek
<p>Zupa kalafiorowa 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, śmietana (<u>z mleka</u>), masło klarowane (<u>z mleka</u>), lubczyk, koper, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>	<p>Zupa ogórkowa z ziemniakami 150 ml Składniki: woda, ogórek kiszony (woda, ogórek gruntowy, sól, koper, czosnek), ziemniaki, marchew, <u>seler</u>, pietruszka, śmietana (<u>z mleka</u>), por, masło ekstra (<u>z mleka</u>), ziele angielskie, liść laurowy, natka pietruszki</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 150 ml Składniki: woda, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, pieczarka, brokuł, śmietana (<u>z mleka</u>), makaron <u>pszenny</u>, por, masło (<u>z mleka</u>), sól, koperek, ziele angielskie, liść laurowy, pieprz</p>	<p>Ramen z chrupiącym tofu 150 ml Składniki: woda, wołowina, kaczką, kurczak, makaron <u>pszenny</u>, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, cebula, tofu (<u>z soi</u>), sos <u>sojowy</u> (<u>soja</u>), woda, sól, barwnik E 150c, mąka <u>pszenna</u>, cukier, guma ksantanowa), szczypior, por, imbir, czosnek, sól, ziele angielskie, pieprz, liść laurowy</p>	<p>Wiosenna zupa jarzynowa na rosole 150 ml Składniki: woda, ziemniaki, kurczak, fasola szparagowa, marchew, pietruszka, <u>seler</u>, kalafior, brokuł, groszek zielony, śmietana (<u>z mleka</u>), por, czosnek, koperek, natka pietruszki, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie</p>
<p>Spaghetti po bolońsku 270 g Składniki: makaron <u>pszenny</u>, iopatka wieprzowa, pomidory krojone (pomidory, sok pomidorowy, kwas cytrynowy), woda, cebula, ser parmezan (<u>z mleka</u>), koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, mąka <u>pszenna</u>, oregano suszone, papryka słodka, sól, masło klarowane (<u>z mleka</u>), pieprz, papryka ostra, czosnek</p>	<p>Pierogi z mięsem 200 g Składniki: mąka <u>pszenna</u>, mięso wieprzowe, woda, olej, cebula smażona, sól, pieprz, pieprz ziółowy</p>	<p>Bitki schabowe w sosie musztardowym 100 g Składniki: schab surowy, woda, cebula, musztarda (woda, ocet spirytusowy, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), olej rzepakowy, śmietana (<u>z mleka</u>), mąka <u>pszenna</u>, sól, czosnek, papryka słodka, pieprz</p>	<p>Paluszki z filetów rybnych 100 g Składniki: (filety z mintaja, mąka <u>pszenna</u>, sól, przyprawy, drożdże, olej rzepakowy, woda, grysik ryżowy, skrobia ziemniaczana), olej rzepakowy Sos miętowy 30 g Składniki: jogurt naturalny (<u>z mleka</u>), majonez (olej rzepakowy, musztarda (woda, ocet spirytusowy, <u>gorczyca</u>, cukier, sól, przyprawy), woda, <u>żółtka jaj</u> kurzych), mięta, sól, pieprz</p>	<p>Leczo z fasolą 200 g Składniki: woda, fasola biała, kielbasa śląska (mięso wieprzowe, czosnek, sól, cukier, przyprawy naturalne, naturalna ostonka wieprzowa), cukinia, papryka, pomidory, cebula, koncentrat pomidorowy, mąka <u>pszenna</u>, olej rzepakowy, liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz</p>
<p>Ogórek zielony do chrupania</p>	<p>Pomidor z mozzarellą i pesto bazyliowym 100 g Składniki: pomidor, mozzarella (<u>mleko</u>), pasteryzowane, sól, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszczka mikrobiologiczna, oliwa z oliwek, bazylija</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u>, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól</p>	<p>Ziemniaki z masłem i koperkiem 80 g Składniki: ziemniaki, <u>mleko</u>, masło (<u>z mleka</u>), koperek, sól</p>	<p>Mix ryż na sypko 80 g Składniki: ryż paraboliczny, ryż brązowy, olej z pestek winogron, sól</p>
		<p>Buraczki 90g Składniki: burak, cebula, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól, pieprz</p>	<p>Salata zielona z dressingiem 35 g Składniki: sałata lodowa, sałata rzymska, oliwa z oliwek, sok z cytryny, miód, musztarda (woda, <u>gorczyca</u> biała, ocet, cukier, sól, kurkuma), sól, pieprz, koperek, natka pietruszki, czosnek</p>	
<p>Herbata lipowa 200 ml Składniki: woda, miód, lipa</p>	<p>Woda z miętą i cytryną 200 ml Składniki: woda, cytryna, mięta</p>	<p>Sok tłoczony 200 ml Składniki: jabłko, marchew, pietruszka, cytryna</p>	<p>Lemoniada cytrusowa 200 ml Składniki: woda, sok z cytryny, sok z pomarańczy, miód</p>	<p>Kompot 200 ml Składniki: woda, agrest, truskawka, jabłko, miód</p>
<p>Jabłko Herbatniki BeBe 16g zawiera: (<u>pszenica</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u>)</p>	<p>Serek homogenizowany 150 g zawiera: <u>mleko</u></p>	<p>Melon, arbuz</p>	<p>Mus owocowy</p>	<p>Baton muesli z owocami 40 g zawiera: płatki <u>owsiane</u>, <u>soja</u>, <u>mleko</u></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 młeczne zastępujemy mlekiem kokosowym i jogurtem kokosowym.](#)