

# JADŁOSPIS



*Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie*

| DATA                       | ŚNIADANIE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | OBIAD                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | PODWIECZOREK                                                                                                                 |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poniedziałek<br>16.06.2025 | Bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> ), masło 82% ( <b>śmietanka</b> pasteryzowana), <b>ser mozzarella (mleko)</b> , pomidor, kawa zbożowa na mleku 2% ( <b>mleko</b> ) z cukrem, herbata z miodem i cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna, miód)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Gulasz z indyka (filet z indyka, olej rzepakowy, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, papryka słodka mielona, przyprawa kebab-gyros ( <b>gorczyca</b> biała), mąka <b>pszenna</b> ), ryż Parboiled, bukiet warzyw kwiatowy (marchew, brokuł, kalafior, czosnek suszony, rozmaryn, oregano), kompot owocowy (woda, mieszanka owocowa: śliwka, aronia, czerwona porzeczka, agrest, truskawka, miód)                                                                                                                                                                                | Chrupki kukurydziane 50g, kalarepa do chrupania, woda niegazowana                                                            |
| Wtorek<br>17.06.2025       | Chleb pszenno-żytni (mąka <b>pszenna</b> i <b>żytnia</b> ), chleb orkiszowy (mąka <b>pszenna</b> , mąka orkiszowa, mąka <b>żytnia</b> , płatki: <b>pszenne</b> , <b>żytnie</b> , <b>jęczmienne</b> i <b>owsiane</b> , soja, sezam, suchy kwas <b>żytni</b> , gluten <b>pszen</b> ny, słód <b>jęczmienny</b> ciemny, słód <b>pszen</b> ny jasny, mąka <b>sojowa</b> ), masło 82% ( <b>śmietanka</b> pasteryzowana), jajko gotowane na twardo ( <b>jaja kurze</b> ), papryka świeża, kakao na mleku 2% ( <b>mleko</b> ) z cukrem, herbata z miodem i cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna, miód) | Zupa neapolitańska z makaronem zacierką (woda, kurczak, marchew, pietruszka korzeń, <b>seler</b> korzeniowy, por, nać pietruszki, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, ser żółty ( <b>mleko</b> pasteryzowane), makaron zacierka (mąka z <b>pszenicy</b> durum)), mus warzywno-owocowy 100% 100g                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Kefir naturalny ( <b>mleko</b> ) brzoskwinowy z miodem, pałeczki kukurydziane, ogórek kiszony do chrupania, woda niegazowana |
| Środa<br>18.06.2025        | Bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> ), masło 82% ( <b>śmietanka</b> pasteryzowana), pasztet wieprzowo-drobiowy (białko <b>sojowe</b> ), rzodkiewka, kawa zbożowa na mleku 2% ( <b>mleko</b> ) z cukrem, herbata z miodem i cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna, miód)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Kotlet z fileta kurczaka pieczony (filet z kurczaka, <b>jaja kurze</b> , bułka tarta (mąka <b>pszenna</b> ), olej rzepakowy, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, papryka słodka mielona), ziemniaki gotowane (ziemniaki, woda, sól), mizeria ze świeżych ogórków (ogórek świeży, <b>śmietana</b> 18% ( <b>śmietanka</b> pasteryzowana), sól), herbata z miodem i cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna, miód),<br><br>Galaretka owocowa (woda, żelatyna, owoce mrożone), kiełbasa chłopska, chleb pszenno-żytni (mąka <b>pszenna</b> i <b>żytnia</b> ) | Banan, kakao na mleku 2% ( <b>mleko</b> ) z cukrem, woda niegazowana                                                         |
| Czwartek<br>19.06.2025     | Dzień wolny od zajęć dydaktycznych - Boże Ciało                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                              |
| Piątek<br>20.06.2025       | Kasza manna (kasza <b>manna z pszenicy</b> ) na mleku 2% ( <b>mleko</b> ) z cukrem waniliowym i musiem owocowym, bułka pszenna (mąka <b>pszenna</b> ), masło 82% ( <b>śmietanka</b> pasteryzowana), tuńczyk (tuńczyk w sosie własnym), herbata z miodem i cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna, miód)                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Jajko sadzone ( <b>jajo kurze</b> , olej rzepakowy, sól), ziemniaki gotowane (ziemniaki, woda, sól), ogórek kiszony, woda niegazowana                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Jabłko, papryka świeża do chrupania, woda niegazowana                                                                        |

Stołówka szkolna zastrzega sobie możliwość modyfikacji jadłospisu w każdej chwili

Do posiłków użyto przyprawy, które mogą zawierać śladowe ilości: zbóż zawierających gluten, jaj, orzeszków ziemnych, soi, mleka, orzechów, selera, gorczycy, sezamu, łubinu