

JADŁOSPIS



Alergeny zostały wyróżnione na jadalospisie

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
Poniedziałek 27.10.2025	Płatki kukurydziane na mleku 2% (płatki kukurydziane (ekstrakt ze słodu jęczmiennego), mleko), bułka pszenna (mąka pszenna), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), pomidor, ser mozzarella (mleko pasteryzowane), herbata z cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna)	Filet z kurczaka w sosie własnym (filet z kurczaka, olej rzepakowy, cebula, pieprz czarny, sól, czosnek suszony, papryka słodka mielona, curry, mąka pszenna , zioła prowansalskie, jogurt naturalny (mleko)), ryż Parboiled, surówka z marchewki i jabłka (marchewka, jabłko, sok z cytryny, słonecznik łuskany, olej rzepakowy), kompot owocowy (woda, aronia, czerwona porzeczka, śliwka, jabłko, truskawka, miód)	Rogal półśładki (mąka pszenna , mleko), ogórek świeży do chrupania, pestki z dyni 100g
Wtorek 28.10.2025	Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna i żytnia), chleb IG (mąka pszenna , gluten pszen ny, płatki owsiane, mąka żytnia , otręby pszenne), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), pasztet z indykiem (soja , seler), ogórek świeży, pomidor, kakao na mleku 2% (mleko)	Zalewajka z kielbasą (woda, ziemniaki, kielbasa bracka, cebula, pieprz czarny mielony, pieprz ziołowy, sól, czosnek suszony, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, barszcz biały w butelce (mąka żytnia), śmietana 18% (śmietanka pasteryzowana), jogurt naturalny (mleko), koper świeży), chleb pszenno-żytni (mąka pszenna i żytnia)	Bułka pszenna (mąka pszenna), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), jogurt owocowy (mleko), papryka czerwona, jabłko do chrupania
Środa 29.10.2025	Ryż Parboiled na mleku 2% (ryż parboiled, mleko), bułka pszenna (mąka pszenna), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), jajko gotowane na twardo, rzodkiewka, ogórek kiszony, herbata z cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna)	Łazanki z kapustą kiszoną i mięsem (szynka wp. b/k, kapusta kiszona, makaron łazanki (mąka pszenna), soczewica czerwona, olej rzepakowy, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz ziołowy, rozmaryn, papryka wędzona, majeranek), herbata z cytryną (woda, herbata czarna aromatyzowana earl grey, cytryna), paluszki serowe (mleko)	Jogurt pitny (mleko , owies), banan, pałeczki kukurydziane
Czwartek 30.10.2025	Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna i żytnia), chleb orkiszowy (mąka pszenna , mąka orkiszowa, mąka żytnia , płatki: pszenne , żytnie , jęczmienne i owsiane, soja , sezam , suchy kwas żytni , gluten pszen ny, słód jęczmienny ciemny, słód pszen ny jasny, mąka sojowa), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), parówki z szynki, papryka świeża, kawa zbożowa na mleku 2% (mleko)	Krupnik z kaszą jęczmienną (woda, kasza jęczmienna , łopatką wp b/k, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeniowy, por, nać pietruszki, cebula, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, liść laurowy, ziele angielskie, lubczyk suszony, zioła prowansalskie), chleb pszenno-żytni (mąka pszenna i żytnia), danio serek homogenizowany saszetka 120g (mleko)	Ciasto marmurkowe (mąka pszenna , jaja , olej rzepakowy, proszek do pieczenia (mąka pszenna), cukier z wanilią, kakao, cukier), gruszka, ogórek kiszony do chrupania
Piątek 31.10.2025	Chleb pszenno-żytni (mąka pszenna i żytnia), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), jajecznica ze szczypiorkiem (jaja , olej rzepakowy, szczypiorek), hummus z suszonymi pomidorami (sezam), kakao na mleku 2% (mleko)	Ryba pieczona (ryba miruna , jaja kurze , bułka tarta (mąka pszenna), olej rzepakowy, pieprz czarny mielony, sól, czosnek suszony, papryka słodka mielona), ziemniaki gotowane (ziemniaki, woda, sól), mix kalafiorowy z ziołami (kalafior, brokuł, zioła prowansalskie, majeranek, oregano, koper świeży), actimel 100g (mleko)	Mandarynka, marchewka do chrupania, bułka pszenna (mąka pszenna), mix tłuszczowy do smarowania 75% (mleko), dżem truskawkowy

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 i dwutlenku siarki
Zespół Placówek Oświatowych w Kozłowie zapewnia nieograniczony dostęp do wody pitnej