JADŁOSPIS

ważny od 9 do 13 listopada 2026

DATA	OBIAD
09.11.26 poniedz.	zupa grochowa z ziemniakami na wywarze warzywnym (zawiera: **seler**) 300 ml pierogi z serem[*1] z musem malinowo-truskawkowym (zawiera: **gluten/pszenicę, mleko**) 200 g surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem słonecznika 90 g wafel kukurydziany 1 szt. herbata czarna z limonką 200 ml
10.11.26 wtorek	zupa meksykańska z kukurydzą i selerem naciowym z ryżem, na wywarze drobiowo-warzywnym (zawiera: **gluten/pszenicę, mleko, seler**) 300 ml kotlet z piersi kurczaka w panierce z dodatkiem płatków migdałów[2] (zawiera: **gluten/pszenicę, mleko, jaja, orzechy**) 110 g ziemniaki z koperkiem (zawiera: **mleko**) 180 g surówka colesław (kapusta biała, kapusta czerwona, marchewka, cebula, majonez, musztarda) (zawiera: **jaja, gorczycę**) 95 g jabłko 1 porcja kisiel z czerwonej porzeczki 200 ml
11.11.26 środa	Święto Niepodległości – stołówka szkolna nieczynna
12.11.26 czwartek	zupa jarzynowa (brokuł, kalafior, fasolka szparagowa żółta, brukselka) z kaszą jęczmienną wiejską na wywarze warzywnym, zabielona jogurtem naturalnym (zawiera: **gluten/jęczmień, mleko, seler**) 300 ml gołąbki z mięsem i ryżem[*3] w sosie pomidorowym (zawiera: **gluten/pszenicę, mleko**) 220 g ziemniaki z koperkiem (zawiera: **mleko**) 100 g ogórek kiszony 60 g banan 1 porcja lemoniada cytrynowo-pomarańczowa ze świeżą miętą 200 ml
13.11.26 piątek	żurek z ziemniakami i jajkiem zabielony kefirem, na wywarze warzywnym (zawiera: **gluten/żyto, jaja, mleko, seler**) 300 ml pulpety rybne w sosie koperkowym[4] (zawiera: **rybę, gluten/pszenicę, jaja, mleko**) 120 g kasza kuskus (zawiera: **gluten/pszenicę**) 150 g mix sałat z kukurydzą i oliwą z oliwek 80 g ananas 1 porcja kompot śliwkowy 200 ml

*produkt wyprodukowany poza kuchnią szkolną

[1] mąka pszenna, woda, ser twarogowy, cukier, olej rzepakowy, przyprawy

[2] pierś z indyka, płatki migdałów, bułka tarta, mleko, jaja, olej rzepakowy, przyprawy

[3] kapusta biała, ryż, mięso mielone wieprzowe, olej rzepakowy, cebula, przyprawy

[4] morszczuk, jaja kurze, bułka tarta, mleko, koper, mąka pszenna, olej rzepakowy, przyprawy

Zupy przygotowywane są na wywarze warzywnym (marchew, pietruszka, seler, por) lub drobiowo-warzywnym (mięso drobiowe, marchew, pietruszka, seler, por). Każda zupa podana jest z natką pietruszki lub koperkiem. Potrawy przygotowywane są w piecu konwekcyjno-parowym. Potrawy doprawiane są solą, ziołami i przyprawami bez wzmacniaczy smaku i konserwantów. Napoje słodzone są cukrem lub miodem. Pogrubioną czcionką oznaczono alergeny zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011. Każda potrawa może zawierać śladowe ilości wymienionych alergenów: zboża zawierające gluten, soję, mleko, jaja, ryby, seler, gorczycę, dwutlenek siarki, nasiona sezamu, orzechy. Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn losowych lub technologicznych.