JADŁOSPIS 02.11.-06.11.2026

	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK	Pieczywo mieszane w tym pełnoziarniste z masłem, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką, pomidor, ogórek zielony, sałata, papryka. Kawa zbożowa na mleku. Herbata owocowa bez dodatku cukru. 10:00-przekąska cząstki jabłka **Alergeny: gluten, mleko**	Krem z pieczonej dyni i marchewki na wywarze warzywnym z prażonym słonecznikiem. Pieczonki warzywne z ziemniaków, marchewki i buraka. Maślanka, woda z cytryną. **Alergeny: gluten, mleko**	Talerzyk owocowy: gruszka, śliwka, banan. **Alergeny: brak**
WTOREK	Pieczywo mieszane w tym pełnoziarniste, pasta jajeczna z suszonymi pomidorami, pomidor, ogórek zielony, kolorowa papryka. Kakao naturalne na mleku bez dodatku cukru. Herbata rumiankowa. 10:00- przekąska: słupki marchewki **Alergeny: gluten, jaja, mleko**	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym, zabielana jogurtem naturalnym. Makaron mieszany (pszenny i pełnoziarnisty) z sosem pomidorowym i mięsem wieprzowym i warzywami (marchewką i cukinią). Woda z pomarańczą. **Alergeny: gluten, mleko**	Mini gofry serowe (wyrób własny) świeże warzywa. Woda **Alergeny: gluten, jaja, mleko**
ŚRODA	Owsianka na mleku z bananem i cynamonem. Bułka grahamka z serkiem naturalnym, ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor. Herbata owocowa bez dodatku cukru. 10:00-przekąska:pomarańcz **Alergeny: gluten, mleko**	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki na wywarze warzywnym. Jarska fasolka po bretońsku z białej fasoli, passaty, marchewki i cebuli, łagodnie oprawiona majerankiem, podana z pieczywem mieszanym w tym pełnoziarnistym, jabłko. Woda z miętą. **Alergeny: gluten**	Koktajl gruszkowo- bananowy na maślance bez dodatku cukru. Naturalne chrupki kukurydziane. **Alergeny: mleko**
CZWARTEK	Bułka grahamka z mozzarellą, pieczoną wędliną drobiową, pomidor, rzodkiewka, papryka. Kawa zbożowa na mleku. Herbata miętowa bez dodatku cukru. 10:00- przekąska: słupki papryki **Alergeny: gluten, mleko**	Krem z selera i jabłka na wywarze warzywnym z grzankami. Paluszki rybne pieczone w piekarniku, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty, jabłka, marchwi z natką pietruszki. Woda z cytryną. **Alergeny: gluten, jaja, ryba**	Domowy budyń waniliowy musem śliwkowym. **Alergeny: gluten, mleko**
PIĄTEK	Pieczywo mieszane w tym pełnoziarniste z masłem, jajko na twardo, dip jogurtowo-szczypiorkowy, pomidor, ogórek zielony, sałata. Kakao na mleku bez dodatku cukru. Herbata malinowa. 10:00- przekąska: banan **Alergeny: gluten, jaja, mleko**	Zupa szczawiowa z ryżem na wywarze warzywnym, delikatnie zabielana jogurtem naturalnym. Kotlet schabowy panierowany z sezamem i bułką tartą, puree ziemniaczane, surówka z marchwi i jabłka i rodzynek. Woda z pomarańczą. **Alergeny: gluten, jaja, sezam, mleko**	Zapiekane jabłka z cynamonem, podane ze skyrem naturalnym i niewielką ilością miodu. **Alergeny: gluten, mleko**

Dyrektor szkoły: Kucharka: Intendentka:

Patrycja Pięta