

# Jadłospis

data

śniadanie

obiad

podwieczorek

01.08.2024  
(czwartek)

grahamka z pastą jajeczną<sup>1,3,7</sup>,  
rzodkiewką i szczypiorkiem,  
kawa zbożowa na mleku<sup>1,7</sup>, woda

zupa ogórkowa<sup>7,9</sup>,  
spaghetti z sosem bolognese<sup>1,3,9</sup>,  
pomidorki koktajlowe,  
kompot wiśniowy

galaretka owocowa

02.08.2024  
(piątek)

kanapki z twarogiem<sup>1,3,7</sup>  
i papryką,  
herbata owocowa, woda

zupa kukurydziana z kaszą jaglaną i kurczakiem<sup>7,9</sup>,  
placki ziemniaczane z sosem warzywnym<sup>3,9</sup>,  
kompot truskawkowy

popcorn

05.08.2024  
(poniedziałek)

kanapki z serkiem śmietankowym<sup>1,3,7</sup>  
i ogórkiem,  
herbata owocowa, woda

barszcz czerwony z jajkiem<sup>3,9</sup>,  
ryż z jabłkami i jogurtem<sup>7</sup>,  
lemoniada

chrupki  
kukurydziane, owoc

06.08.2024  
(wtorek)

kasza manna na mleku<sup>1,7</sup>,  
kanapki z wędliną drobiową<sup>1,3,7</sup>  
i pomidorem,  
herbata owocowa, woda

rosół z makaronem<sup>1,3,9</sup>,  
kotlet schabowy<sup>1,3</sup>, ziemniaki,  
mizeria<sup>7</sup>,  
kompot śliwkowy

mus owocowy

07.08.2024  
(środa)

płatki orkiszowe na mleku<sup>1,7</sup>,  
kanapki z pastą z zielonego groszku<sup>1,3,7</sup>  
z warzywami,  
herbata owocowa, woda

zupa z grochu łupanego<sup>9</sup>,  
racuchy<sup>1,3,7</sup>, sałatka owocowa,  
woda z limonką i miętą

snacki popcornowe

08.08.2024  
(czwartek)

zapiekanki z serem<sup>1,3,7</sup>, keczup,  
pomidorki koktajlowe,  
kakao<sup>7</sup>, woda

zupa brokułowa<sup>9</sup>,  
leczo z kawałkami kurczaka i makaronem<sup>1,3</sup>,  
kompot malinowy

batonik  
orzechowy<sup>1,5,7,8</sup>

09.08.2024  
(piątek)

płatki kukurydziane na mleku<sup>7</sup>,  
kanapki ze smalczykiem wegańskim<sup>1,3,7</sup>,  
kiszony ogórek,  
herbata owocowa, woda

zupa pomidorowa z makaronem<sup>1,3,7,9</sup>,  
miruna<sup>4</sup> w kukurydzianej panierce, ziemniaki,  
surówka z marchewki<sup>7</sup>,  
herbata zielona z cytryną

muffinki<sup>1,3,7</sup>

12.08.2024  
(poniedziałek)

kanapki z dżemem morelowym<sup>1,3,7</sup>,  
słupki warzywne,  
mleko<sup>7</sup> z miodem, woda

zupa z zielonego groszku<sup>9</sup>,  
makaron z truskawkami i jogurtem<sup>1,3,7</sup>,  
kompot wieloowocowy

paluszki z  
sezamem<sup>1,11</sup>,  
owoc

13.08.2024  
(wtorek)

kanapki z pasztetem<sup>1,3,7,9</sup>  
i warzywami,  
kawa zbożowa na mleku<sup>1,7</sup>, woda

zupa koperkowa z ryżem brązowym<sup>9</sup>,  
kotlet mielony<sup>1,3,7</sup>,  
ziemniaki, ogórek kiszony,  
kompot gruszkowy

jogurt naturalny<sup>7</sup>

14.08.2024  
(środa)

płatki gryczane na mleku<sup>7</sup>,  
kanapki z kielbasą żywiecką<sup>1,3,7</sup>  
i warzywami,  
herbata owocowa, woda

krem z soczewicy z grysikiem<sup>1,7,9</sup>,  
naleśniki z konfiturą truskawkową  
i sosem jogurtowym<sup>1,3,7</sup>,  
woda pomarańczowa

pomidorki  
koktajlowe

16.08.2024  
(piątek)

pudding chia z musem owocowym,  
kanapki z jajkiem<sup>1,3,7</sup> i rzodkiewką,  
herbata zielona, woda

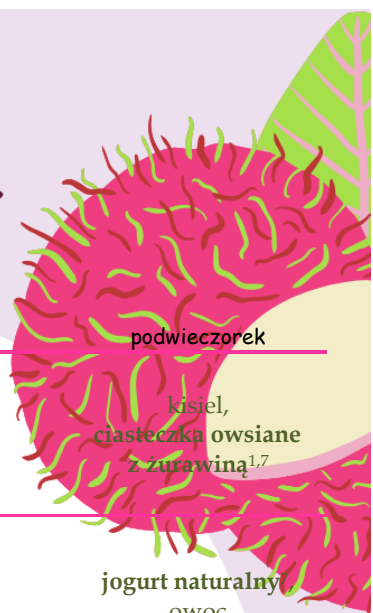
zupa pieczarkowa z makaronem<sup>1,3,7,9</sup>,  
miruna w otrębach owsianych<sup>1,4</sup>,  
ziemniaki, surówka z kapusty<sup>7</sup>,  
kompot jabłkowy

banan

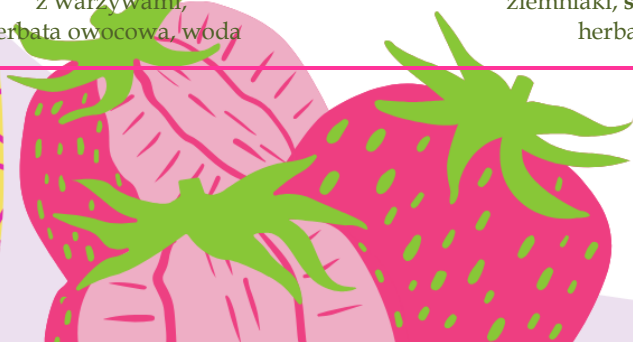
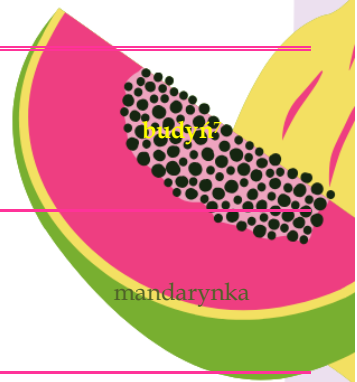
z przyczyn niezależnych od szkoły,  
jadłospis może ulec zmianie



# Jadłospis



data	śniadanie	obiad	podwieczorek
19.08.2024 (poniedziałek)	tortilla <sup>1,7</sup> z kurczakiem i warzywami, kakao <sup>7</sup> , woda	zupa kalafiorowa <sup>7,9</sup> , makaron z serem <sup>1,3,7</sup> , jabłko, zielona herbata z cytryną	kisiel, ciasteczka owsiane z żurawiną <sup>1,7</sup>
20.08.2024 (wtorek)	grahamka z serkiem waniliowym <sup>1,3,7</sup> i owocami, słupki warzywne, herbata, woda	krupnik jęczmienny <sup>1,9</sup> , bigos <sup>9</sup> , ziemniaki, kompot jagodowy	jogurt naturalny owoc
21.08.2024 (środa)	płatki ryżowe na mleku, kanapki z pastą rybną i warzywami, herbata owocowa, woda	barszcz ukraiński <sup>7,9</sup> , kopytka <sup>1,3</sup> , surówka z kapusty pekińskiej <sup>7</sup> , kompot wiśniowy	sernik <sup>1,3,7</sup> (wyrób własny)
22.08.2024 (czwartek)	kanapki z twarogiem straciatella <sup>1,3,7</sup> i owocami, herbata, woda	zupa ziemniaczana <sup>9</sup> , gulasz wieprzowy <sup>7</sup> , kasza gryczana, kiszony ogórek, kompot z czerwonej porzeczki	mus owocowy
23.08.2024 (piątek)	kluski lane na mleku <sup>1,3,7</sup> , kanapki z hummusem <sup>1,3,7</sup> i warzywami, herbata owocowa, woda	zupa rybna <sup>4,7,9</sup> , makaron ze szpinakiem w sosie serowo – śmietanowym <sup>1,3,7</sup> , kompot truskawkowy	batonik zbożowy <sup>1,5,7,8</sup>
26.08.2024 (poniedziałek)	grahamka z masłem <sup>1,3,7</sup> , parówki <sup>1,6,7,9,10</sup> , keczup, pomidor, kawa zbożowa na mleku <sup>1,7</sup> , woda	zupa zacierkowa <sup>1,3,9</sup> , łazanki <sup>1,3</sup> z kapustą i kielbaską, kompot wioloowocowy	batonik
27.08.2024 (wtorek)	płatki kukurydziane na mleku <sup>7</sup> , kanapki z szynką drobiową <sup>1,3,7</sup> i warzywami, herbata owocowa, woda	zupa jarzynowa z grysiem <sup>1,9</sup> , nuggetsy <sup>1,3</sup> , frytki pieczone, tatziki <sup>7</sup> , kompot śliwkowy	mandarynka
28.08.2024 (środa)	kanapki z pasztetem <sup>1,3,7,9</sup> i ogórkiem, kakao <sup>7</sup> , woda	zupa fasolowa <sup>9</sup> , naleśniki z serem <sup>1,3,7</sup> i owocami, lemoniada	pomidorki koktajlowe
29.08.2024 (czwartek)	grahamka z mozzarellą <sup>1,3,7</sup> i pomidorem, herbata owocowa, woda	zupa ze słodkiej kapusty <sup>9</sup> , pulpety w sosie koperkowym <sup>1,3,9</sup> , kasza pęczak <sup>1</sup> , surówka z pora <sup>7</sup> , kompot malinowy	popcorn
30.08.2024 (piątek)	ryż na mleku <sup>7</sup> , kanapki z pastą z ciecierzycy <sup>1,3,7</sup> z warzywami, herbata owocowa, woda	zupa pomidorowa z makaronem <sup>1,3,7,9</sup> , kotlet rybny <sup>1,3,4</sup> , ziemniaki, sałata ze śmietaną <sup>7</sup> , herbata z cytryną	ryż chrupki, owoc

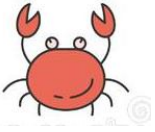


z przyczyn niezależnych od szkoły,  
jadłospis może ulec zmianie

## Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji

1. Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne, z wyjątkiem:

- a. syropów glukozowych na bazie pszenicy zawierających dekstrozę (1);
- b. maltodekstryn na bazie pszenicy (1);
- c. syropów glukozowych na bazie jęczmienia;
- d. zbóż wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;



2. Skorupiaki i produkty pochodne;

3. Jaja i produkty pochodne;

4. Ryby i produkty pochodne, z wyjątkiem:

- a. żelatyny rybnej stosowanej jako nośnik preparatów zawierających witaminy lub karotenoidy;
- b. żelatyny rybnej lub karuku stosowanych jako środki klarujące do piwa i wina;



5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne;

6. Soja i produkty pochodne, z wyjątkiem:

- a. całkowicie rafinowanego oleju i tłuszczu sojowego (1);
- b. mieszaniny naturalnych tokoferoli (E306), naturalnego D-alfa-tokoferolu, naturalnego octanu D-alfa-tokoferolu, naturalnego bursztynianu D-alfa-tokoferolu pochodzenia sojowego;
- c. fitosteroli i estrów fitosteroli otrzymanych z olejów roślinnych pochodzenia sojowego;
- d. estru stanolu roślinnego produkowanego ze steroli olejów roślinnych pochodzenia sojowego;



7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), z wyjątkiem:

- a. serwatki wykorzystywanej do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;
- b. laktitolu;



8. Orzechy, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;



9. Seler i produkty pochodne;

10. Gorczyca i produkty pochodne;

11. Nasiona sezamu i produkty pochodne;

12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO<sub>2</sub> dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców;



13. Łubin i produkty pochodne;

14. Mięczaki i produkty pochodne



(1) Oraz produkty pochodne, o ile obróbka, jakiej je poddano, najprawdopodobniej nie wpływa na zwiększenie alergenicności, ocenionej przez właściwy organ w odniesieniu do produktu, z którego powstały.

