



08.04.2026r. - 17.04.2026r.

ŚNIADANIE	I DANIE	II DANIE
Poniedziałek 06.04.2026r.		
PRZERWA ŚWIĄTECZNA		
Wtorek 07.04.2026r.		
PRZERWA ŚWIĄTECZNA		
Środa 08.04.2026r.		
<p>płatki owsiane na mleku 200ml (płatki owsiane, mleko)(1,7), chleb z dynią 40g (mieszanka piekarnicza (mąka pszenna standaryzowana, kwas askorbinowy), ziarno siemienia lnianego, dynia pestki, słód pszenny, mąka sojowa, gluten pszenny, sól, ekstrakt słodowy jęczmienny w proszku, guma celulozowa, mąka pszenna, woda, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), jajecznicza na maśle 50g (jaja, masło)(3), pomidor 30g, szczypiorek 5g, herbata z cytryną 200ml (herbata czarna, cytryna, cukier)- 378,41 kcal Podwieczorek: jabłko 160g</p>	<p>zupa fasolowa z kiełbasą 300ml (fasola biała, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, czosnek, przyprawy, ćwiartki kurczaka)(9) - 206,90 kcal</p>	<p>kluski z warzywami Frosta 250g (makaron pszenny, kukurydza, zielona fasolka szparagowa, czerwona papryka, cebula, olej słonecznikowy, masło, pietruszka natka ,przyprawy, marchew, por, czosnek)(1,3,7), galaretka do picia wiśniowa 250ml (cukier, żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, koncentraty roślinne (marchwi i hibiskusa)), mus jabłko - banan 100g - 664,10 kcal</p>
Czwartek 09.04.2026r.		
<p>mleko 200ml (7), chleb graham 40g (mąka pszenna graham, mąka pszenna, woda, drożdże, sól, serwatka (z mleka)(1,7), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), pasta z grillowanym bakłażanem 30g (grillowany bakłażan 33 %, woda, olej rzepakowy, seler, ciecierzycza gotowana (woda, ciecierzycza), cukier trzcinowy, przyprawy, pomidory suszone, koncentrat pomidorowy, sól morską, pestki dyni, ekstrakty przypraw, aromat naturalny, koncentrat soku z cytryny)(9), papryka czerwona 30g, koperek 5g - 282,00 kcal</p>	<p>zupa owocowa z makaronem 300ml (ogórki kiszzone, ziemniaki, marchewka, pietruszka korzeń, seler korzeń, pietruszka natka, por, cebula, czosnek, śmietana, ćwiartki kurczaka)(3,9) - 89,55 kcal</p>	<p>risotto z mięsem i warzywami 250g (ryż biały, filet z kurczaka, papryka czerwona, brokuł, kalafior, fasolka szparagowa, fasolka czerwona konserwowa, groszek zielony, kukurydza, marchew), woda z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), banan 180g - 657,90 kcal</p>

Podwieczorek: serek wiejski z pomidorem 150g (serek wiejski, pomidor)(7)		
Piątek 10.04.2026r.		
kasza kukurydziana na mleku 200ml (kasza kukurydziana, mleko)(7), chleb 8 ziaren 40g (mąka pszenna, mąka żytnia, woda, mix ziaren (słonecznik, dynia, proso, siemię lniane), drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), serek Milandia z papryką i pomidorami 30g (śmietanka, ser twarogowy, żelatyna, pomidory 1,5%, białka mleka, sól, papryka 0,5%, bazylija 0,22%, regulator kwasowości: kwas cytrynowy)(7), ogórek zielony 30g, herbata żurawinowa 200ml - 376,16 kcal Podwieczorek: banan 180g	barszcz czerwony z ziemniakami 300ml (buraki czerwone, ziemniaki, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, czosnek, śmietana, ćwiartki kurczaka)(7,9) - 136,10 kcal	ziemniaki 200g, *burgery rybne z fileta 90g (filety z mintaja 72 %, panierka sypka (mąka pszenna, sól, mąka ryżowa, czarny pieprz, drożdże), woda, olej słonecznikowy, mąka pszenna, skrobia z grochu, pietruszka 0,7 %, koncentrat soku z cytryny, sól, czarny pieprz)(1,4), surówka z kapusty pekińskiej z koperkiem i majonezem 120g (kapusta pekińska, koperek, marchew, cebula, majonez)(3), woda 250ml - 820,26 kcal
Poniedziałek 13.04.2026r.		
kawa zbożowa na mleku 200ml (kawa zbożowa (cykoria, żyto (50%) - prażone), mleko)(1,7), chleb pszenno-żytni 40g (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), twaróg z miodem 50g (twaróg półtłusty, miód wielokwiatowy)(7), marchewka 30g - 309,00 kcal Podwieczorek: gruszka 160g	zupa kapuśniak po wrocławsku z cebulką 300ml (kapusta biała, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, pietruszka natka, czosnek, przyprawy, ćwiartki kurczaka)(9) - 129 kcal	makaron 150g (1) z sosem carbonara ze szpinakiem 120g (boczek wędzony parzony, jajka, śmietana, szpinak)(3,7,*), ogórek konserwowy 60g (10), woda 250ml - 704,29 kcal
Wtorek 14.04.2026r.		
płatki żytnie na mleku 200ml (płatki żytnie, mleko)(1,7), chleb słonecznikowy 40g (mąka pszenna typ 750, woda, zakwas naturalny (z mąki żytniej), słonecznik 4,2%, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), pasta rybno - jajeczna 50g (filet z makreli w pomidorach, jajko, szczypior)(3,4), ogórek kiszony 30g, herbata borówkowa 200ml - 438,00 kcal Podwieczorek: jogurt naturalny z jabłkiem i cynamonem 150g (jogurt naturalny, jabłko, cynamon)(7)	zupa pomidorowa z zacierką 300ml (makaron (mąka pszenna, jaja z chowu ściółkowego, kurkuma), marchewka, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, koncentrat pomidorowy, cebula, seler nać, pietruszka nać, lubczyk, sól, przyprawy, ćwiartki kurczaka)(1,3,9) - 204,80 kcal	kasza jęczmienna i gryczana 120g (1), pulpety w sosie pieczarkowym 120g (mięso mielone wieprzowe, jaja, bułka tarta pszenna, cebula, czosnek, przyprawy, pieczarki, mąka pszenna)(1,3), *kalafior z pieca 120g, herbata z cytryną 250ml (herbata czarna, cytryna, cukier), sok pomarańczowy 100% w kartoniku 200ml - 689,88 kcal
Środa 15.04.2026r.		

<p>mleko 200ml (7), chleb graham 40g (mąka pszenna graham, mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), parówka z szynki 30g (mięso z szynki, sól, przyprawy), pomidor 30g, natka pietruszki 5g - 281,87 kcal</p> <p>Podwieczorek: jogurt grecki z pomarańczą 150g (jogurt grecki, pomarańcza)(7)</p>	<p>barszcz biały z ziemniakami 300ml (mąka pszenna, mąka żytnia, jaja, marchew, ziemniaki, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, czosnek, śmietana, przyprawy, ćwiartki kurczaka)(1,3,7,9) - 122,80 kcal</p>	<p>pyzy z mięsem 250g (woda, grysik ziemniaczany, skrobia ziemniaczana, mięso wieprzowe, mięso wołowe, białko sojowe, cebula, przyprawy (zawierają gorczycę), sól, błonnik pszenny bezglutenowy, olej rzepakowy, suszone warzywa (marchew, pietruszka, por, cebula), cukier, ekstrakt drożdżowy, mąka ryżowa)(1,10), surówka wielowarzywna 120g (kapusta biała, papryka czerwona, por, kukurydza, ogórek zielony, rzodkiewka, olej rzepakowy, przyprawy), woda z pomarańczą 250ml (woda źródlana, pomarańcza), jabłko 160g - 724,75 kcal</p>
Czwartek 16.04.2026r.		
<p>kasza jaglana na mleku 200ml (kasza jaglana, mleko)(1,7), chleb pszenno - żytni 40g (mąka pszenna, woda, mąka żytnia, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), ser żółty królewski 25g (mleko pasteryzowane, sól, kultury bakterii, podpuszczka mikrobiologiczna i barwnik (np. annato)(7), papryka czerwona 30g, szczypiorek 5g - 387,00 kcal</p> <p>Podwieczorek : mandarynka 50g</p>	<p>rosół z fasolą i zacierką 300ml (makaron zacierki (mąka pszenna, masa jajowa pasteryzowana, kurkuma), fasola biała, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, pietruszka natka, lubczyk, przyprawy, kurczak tuszka)(1,3,9) - 112,15 kcal</p>	<p>ryż 120g, *jajko w sosie chrzanowo - śmietanowym z natką pietruszki 120g (jajko, chrzan, natka pietruszki, mąka pszenna, śmietana)(1,3,7), buraczki z cebulką 150g (buraki czerwone, cebula, przyprawy), galaretka truskawkowa do picia 250ml (żelatyna wieprzowa, regulator kwasowości (kwas cytrynowy), aromat, maltodekstrynę oraz koncentraty roślinne), banan 180g - 748,05 kcal</p>
Piątek 17.04.2026r.		
<p>kakao na mleku 200ml (kakao naturalne, mleko, cukier)(7), bułka wrocławska 40g (mąka pszenna, woda, drożdże, sól)(1), masło 5g (śmietanka pasteryzowana)(7), dżem wiśniowy 30g (wiśnie, cukier, woda, substancja żelująca – pektyny, regulator kwasowości – kwas cytrynowy), marchewka 30g - 310,00 kcal</p> <p>Podwieczorek : kefir z bananem 150g (kefir, banan)(7)</p>	<p>zupa cebulowa krem z siekanym szczypiorkiem 300ml (cebula, ziemniaki, marchewka, pietruszka korzeń, seler korzeń, czosnek, śmietana, ćwiartki kurczaka, szczypiorek)(7,9) - 94,75 kcal</p>	<p>ziemniaki 200g, *panierowane porcje z mintaja 90g (filety z mintaja (74%), mąka pszenna, woda, skrobia, sól, drożdże, przyprawy (kurkuma, papryka)(1,4) z warzywami po grecku 120g (marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy, przyprawy)(9), woda 250ml - 702,99 kcal</p>

Powyższy jadłospis może ulec zmianie

* potrawa pieczona w piecu konwekcyjno-parowym

Spis alergenów znajduje się w sekretariacie szkoły

sporządził:

Zatwierdził: