

# Szkoła jadłospis maj

## 2026-05-04 Poniedziałek

### obiad

1. **Zupa fasolowa z kielbasą zabelana mlekiem (seler, gorczyca, soja, mleko)** (350g)
2. **Makaron z jabłkami i cynamonem (pszenica, mleko)** (300g)
3. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-05 Wtorek

### obiad

1. **Zupa jarzynowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (seler, mleko, jaja)** (350g)
2. **Zrazik wieprzowy duszony w sosie pomidorowym (pszenica, jaja)** (100g)
3. Kasza **jęczmienna** ugotowana (150g)
4. Surówka z buraków (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### Obiad

## 2026-05-06 Środa

### obiad

1. **Zupa kalafiorowa z ryżem zabelana mlekiem na wywarze warzywnym (seler, mleko)** (350g)
2. Mięso z udka kurczaka (180g)
3. Ziemniaki gotowane (150g)
4. **Surówka z kapusty pekińskiej (mleko)** (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-07 Czwartek

### obiad

1. **Zupa ogórkowa z makaronem na wywarze warzywnym (seler, pszenica, mleko)** (350g)
2. Gulasz wieprzowy (200g)
3. Ryż brązowy ugotowany (150g)
4. Brokuły (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-08 Piątek

### obiad

1. **Zupa krem brokułowy zabelany jogurtem z grzankami (mleko, pszenica, żyto)** (350g)
2. **Filet z miruny w panierce (ryba, jaja, pszenica)** (120g)
3. Ziemniaki gotowane (150g)
4. Surówka z marchewki i jabłka (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-11 Poniedziałek

### obiad

1. **Zupa krem z soczewicy zabelana jogurtem z grzankami (mleko, pszenica, żyto)** (350g)
2. **Pierogi ruskie (pszenica, jaja, mleko)** (350g)
3. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-12 Wtorek

### obiad

1. **Zupa koperkowa z ryżem na wywarze warzywnym zabelana mlekiem (seler, mleko)** (350g)
2. **Makaron pełnoziarnisty (pszenica)** (150g)
3. Sos mięsno-pomidorowy (150g)
4. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

### obiad

1. **Zupa krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze mięsno-warzywnym zabelana mlekiem (seler, jęczmień, mleko)** (350g)
2. Schab wieprzowy w sosie własnym (100g)
3. Ziemniaki gotowane (150g)
4. Surówka z porów (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-14 Czwartek

### obiad

1. **Zupa pomidorowa z lanymi kluseczkami na wywarze warzywnym (seler, mleko, pszenica, jaja)** (350g)
2. **Pulpeciki wieprzowe gotowane (jaja, pszenica)** (100g)
3. **Sos koperkowy (mleko, pszenica)** (150g)
4. Ryż ugotowany (150g)
5. **Surówka colesław (mleko)** (100g)
6. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-15 Piątek

### obiad

1. **Zupa grysikowa z fasolką szparagową na wywarze mięsno-warzywnym (pszenica, seler, mleko)** (350g)
2. **Paluszki rybne panierowane z dorsza (ryba, pszenica, jaja)** (120g)
3. Ziemniaki gotowane (150g)
4. Surówka z kapusty kiszonej (100g)
5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

W zakładzie używa się: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki – niepotrzebne skreślić. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.

## 2026-05-18 Poniedziałek

### obiad

1. **Zupa ogórkowa z mięsem i ryżem (seler, mleko)**  
(350g)
2. **Naleśniki z serem białym (pszenica, jaja, mleko)**  
(360g)
  3. Jabłka pieczone z cynamonem (100g)
  4. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-19 Wtorek

### obiad

1. **Zupa grochowa z kielbasą i ziemniakami (seler, mleko, gorczyca, soja)**  
(350g)
2. **Makaron z kurczakiem w sosie jogurtowo-szpinakowym (pszenica, mleko)**  
(350g)
  3. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

### obiad

1. **Zupa jarzynowa z lanym ciastem na wywarze warzywnym (seler, mleko, jaja)**  
(350g)
  2. Karkówka wieprzowa w sosie własnym (100g)
  3. Ziemniaki gotowane (150g)
  4. Surówka z buraków (100g)
  5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-21 Czwartek

### obiad

1. **Rosół z makaronem (seler, pszenica, jaja)** (350g)
2. **Pulpeciki z indyka gotowane (jaja, pszenica)** (100g)
3. **Kasza bulgur ugotowana (pszenica)** (150g)
4. **Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem (mleko)**  
(100g)
  5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-22 Piątek

### obiad

1. **Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym (mleko, seler)**  
(350g)
  2. **Filet z miruny w panierce (ryba, jaja, pszenica)** (120g)
  3. Ziemniaki gotowane (150g)
  4. Surówka z kapusty czerwonej z jabłkiem (100g)
  5. Kompot z owoców mieszanych (200g)

### obiad

## 2026-05-25 Poniedziałek

### obiad

1. **Barszcz czerwony z fasolą i ziemniakami na wywarze warzywnym (seler, mleko)** (350g)
2. **Pierogi z mięsem (pszenica, jaja)** (300g)
3. **Kompot z owoców mieszanych** (200g)

### obiad

## 2026-05-26 Wtorek

### obiad

1. **Zupa pomidorowa z makaronem zabelana mlekiem na wywarze warzywnym (mleko, seler, pszenica, jaja)** (350g)
2. **Kurczak po meksykańsku z warzywami (seler, mleko, pszenica)** (250g)
3. **Ryż brązowy ugotowany** (150g)
4. **Marchew gotowana** (100g)
5. **Kompot z owoców mieszanych** (200g)

### obiad

### obiad

1. **Krem pieczarkowy zabelany jogurtem z grzankami razowymi (mleko, pszenica, żyto)** (350g)
2. **Kotlet drobiowy mielony saute (pszenica)** (100g)
3. **Sos koperkowy (mleko, pszenica)** (150g)
4. **Surówka colesław (mleko)** (100g)
5. **Kompot z owoców mieszanych** (200g)
6. **Ziemniaki gotowane (Szkola)** (150g)

### obiad

## 2026-05-28 Czwartek

### obiad

1. **Zupa wielowarzywna z fasolką szparagową i ryżem na wywarze mięsno-warzywnym (seler, mleko)** (350g)
2. **Łazanki z kapustą białą i kielbasą (pszenica, jaja, gorczyca, soja)** (250g)
3. **Kompot z owoców mieszanych** (200g)

### obiad

## 2026-05-29 Piątek

### obiad

1. **Zupa grysikowa z natką pietruszki na wywarze warzywnym (pszenica, seler)** (350g)
2. **Paluszki rybne panierowane z dorsza (ryba, pszenica, jaja)** (120g)
3. **Ziemniaki gotowane** (150g)
4. **Surówka z porów** (100g)
5. **Kompot z owoców mieszanych** (200g)

### obiad