

# JADŁOSPIS

## Wykaz alergenów w nawiasach

*Zgodnie z informacjami od producentów przyprawy używane do przygotowania potraw mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, soi, jaj, selera i gorczycy.*

*Szczegółowy wykaz składników użytych do przygotowania potraw znajduje się w sekretariacie szkoły.*

## PIĄTEK - 02 STYCZNIA 2026

- Zupa pomidorowa z makaronem 250 ml,  
(mleko, gluten, jaja)
- Ryż z jabłkami i ze śmietaną 200 g  
(mleko)
- Herbata 150 ml

### ***Podwieczorek:***

- Cebularz 1 szt (gluten, mleko, jaja)

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.*

# JADŁOSPIS

**CZWARTEK - 08 STYCZNIA 2025**

## Wykaz alergenów w nawiasach

*Zgodnie z informacjami od producentów przyprawy używane do przygotowania potraw mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, soi, jaj, selera i gorczycy.*

*Szczegółowy wykaz składników użytych do przygotowania potraw znajduje się w sekretariacie szkoły.*

- Zupa grochowa 250 ml (mleko, gluten, soja, seler, gorczyca), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Kopytka z sosem pieczarkowym 170 g (gluten, jaja)
- Marchewka z chrzanem 50 g (jaja, gorczyca, mleko)
- Herbata 150 ml

## PONIEDZIAŁEK - 05 STYCZNIA 2026

- Barszcz czerwony z kielbasą 250 ml (gluten, mleko, soja, seler, gorczyca), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Naleśniki z dżemem i jogurtem 200 g (gluten jaja, mleko)
- Herbata 150 ml

## PIĄTEK - 09 STYCZNIA 2025

- Zupa jarzynowa 250 ml (mleko, gluten), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Ryba 90 g (gluten, jaja, ryby)
- Ziemniaki 150 g
- Surówka z kiszonej kapusty 50 g
- Kompot owocowy 150 ml

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.*

## ŚRODA - 07 STYCZNIA 2025

- Rosół z makaronem 250 ml (gluten, mleko, jaja)
- Potrawka z kurczaka 70 g (gluten, mleko)
- Kasza jęczmienna 150 g (gluten)
- Surówka z białej kapusty z jabłkiem i marchewką 50 g (mleko, jaja, gorczyca)
- Kompot owocowy 150 ml

# JADŁOSPIS

ŚRODA- 14 STYCZNIA 2025

## Wykaz alergenów w nawiasach

*Zgodnie z informacjami od producentów przyprawy używane do przygotowania potraw mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, soi, jaj, selera i gorczycy.*

*Szczegółowy wykaz składników użytych do przygotowania potraw znajduje się w sekretariacie szkoły.*

- Zupa fasolowa 250 ml (gluten, soja, seler, gorczyca), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Udko 90 g
- Ziemniaki 150 g
- Mizeria 50 g (mleko)
- Kompot owocowy 150 ml

## PONIEDZIAŁEK- 12 STYCZNIA 2025

- Kapuśniak 250 ml (gluten, jaja), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Makaron z serem 200 g (gluten, mleko, jaja)
- Kompot owocowy 150 ml

## CZWARTEK- 15 STYCZNIA 2025

- Zupa ogórkowa 250 ml (gluten, mleko), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Pulpety w sosie koperkowym 90 g (gluten, jaja, mleko)
- Kasza jęczmienna 150 g (gluten)
- Marchewka z chrzanem 50 g (mleko, jaja, gorczyca)
- Herbata 150 ml

## WTOREK- 13 STYCZNIA 2025

- Zupa kalafiorowa 250 ml (gluten, mleko)  
Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Kęski z fileta drobiowego 90 g (jaja, gluten)
- Ziemniaki 150 g
- Surówka wielowarzywna 50 g (mleko, jaja, gorczyca)
- Herbata 150 ml

## PIĄTEK- 16 STYCZNIA 2025

- Zupa krem z grzankami 250 ml (mleko, gluten)
- Paluszki rybne 90 g (gluten, jaja, ryby, gorczyca)
- Ryż 150 g
- Surówka z białej kapusty z ogórkiem i koperkiem 50 g
- Kompot owocowy 150 ml

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.*

# JADŁOSPIS

ŚRODA- 21 STYCZNIA 2025

## Wykaz alergenów w nawiasach

*Zgodnie z informacjami od producentów przyprawy używane do przygotowania potraw mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, soi, jaj, selera i gorczycy.*

*Szczegółowy wykaz składników użytych do przygotowania potraw znajduje się w sekretariacie szkoły.*

- Zupa pieczarkowa 250 ml (gluten, mleko)
- Szynka w sosie własnym 90 g (gluten)
- Kasza jęczmienna 150 g (gluten)
- Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem 50 g (mleko, jaja, gorczyca)
- Kompot owocowy 150 ml

## PONIEDZIAŁEK- 19 STYCZNIA 2025

- Zupa pomidorowa z ryżem 250 ml (gluten, mleko), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Naleśniki z serem 170 g (gluten, jaja, mleko)
- Kompot owocowy 150 ml

## CZWARTEK- 22 STYCZNIA 2025

- Barszcz biały z kiełbasą 250 ml (gluten, mleko, soja, seler, gorczyca), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Pierogi ruskie z cebulką 170 g (gluten, jaja, mleko)
- Herbata 150 ml

## WTOREK- 20 STYCZNIA 2025

- Zupa brokułowa 250 ml (gluten, mleko), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Pieczeń rzymska 90 g (gluten, jaja)
- Ryż 150 g
- Buraczki zasmażane 50 g (mleko, gluten)
- Herbata 150 ml

## PIĄTEK- 23 STYCZNIA 2025

- Barszcz ukraiński 250 ml (mleko, gluten)
- Ryba po grecku 90 g (gluten, jaja, ryby, seler)
- Ziemniaki 150 g
- Kompot owocowy 150 ml

*Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.*

# JADŁOSPIS

ŚRODA- 28 STYCZNIA 2025

## Wykaz alergenów w nawiasach

*Zgodnie z informacjami od producentów przyprawy używane do przygotowania potraw mogą zawierać śladowe ilości glutenu, mleka, soi, jaj, selera i gorczycy.*

*Szczegółowy wykaz składników użytych do przygotowania potraw znajduje się w sekretariacie szkoły.*

## PONIEDZIAŁEK- 26 STYCZNIA 2025

- Barszcz czerwony z kiełbasą 250 ml (gluten, mleko, soja, seler, gorczyca)
- Sos strogonow 70 g (gluten, mleko)
- Kasza jęczmienna 150 g (gluten)
- Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą i koperkiem 50 g (mleko, jaja, gorczyca)
- Kompot owocowy 150 ml

## WTOREK- 27 STYCZNIA 2025

- Zupa z fasolki szparagowej 250 ml (gluten, mleko) Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Kotlet schabowy 90 g (gluten, jaja)
- Ryż 150 g
- Marchewka z groszkiem 50 g (gluten)
- Herbata 150 ml

- Zupa grochowa 250 ml (mleko, gluten, soja, seler, gorczyca), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Bigos z kiełbasą i pieczarkami 120 g (gluten, soja, seler, gorczyca)
- Ziemniaki 150 g
- Kompot owocowy 150 ml

## CZWARTEK- 29 STYCZNIA 2025

- Krupnik 250 ml (gluten), Chleb mazowiecki i z siemieniem lnianym (gluten)
- Spaghetti 200 g (gluten, jaja, mleko)
- Herbata 150 ml

## PIĄTEK- 30 STYCZNIA 2025

- Ryż na mleku 250 ml (mleko)
  - Kotlet rybny 90 g (gluten, jaja, ryby)
  - Ziemniaki 150 g
  - Surówka z kiszonej kapusty 50 g
  - Kompot owocowy 150 ml
- Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmiany jadłospisu.*