Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Przedmościu

Jadłospis obowiązujący od 26.10.2026r. do 30.10.2026r.

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 26.10.2026r. do 30.10.2026r. 2
Poniedziałek 26.10.2026 2
Zupa pomidorowa z makaronem 2
Ziemniaki jajko sadzone mizeria z ogórków 2
Kompot 2
Wtorek 27.10.2026 3
Zupa śmieszna z soczewicą 3
Ryż sos beszamelowy warzywa na parze 3
Kompot 3
Środa 28.10.2026 4
Zupa barszcz ukraiński 4
Łazanki, ciastko z jabłuszkiem 4
Kompot 4
Czwartek 29.10.2026 5
Zupa grochowa z kiełbasą 5
Racuchy z jabłkiem jogurt pitny 120ml 5
Kompot 5
Piątek 30.10.2026 6
Zupa dyniowa krem 6
Ziemniaki ryba surówka z kapusty pekińskiej 6
Kompot 6
Legenda (objaśnienia): 6

Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Przedmościu

Jadłospis obowiązujący od 26.10.2026r. do 30.10.2026r.

Poniedziałek 26.10.2026

Zupa pomidorowa z makaronem

Składniki:

- porcja rosołowa, makaron świderki**(gluten pszenny),** marchew,
- sól, pieprz, koncentrat pomidorowy, śmietana 18%**(mleko)**
- **seler**, pora, pietruszka,

Ziemniaki jajko sadzone , mizeria z ogórków

Składniki:

- ziemniaki , jajko, ogórek ,jogurt grecki, szczypior
- olej, sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Ziemniaki: 150 g
- Jajko:60g
- Surówka:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Ziemniaki:100g
- Jajko:60g
- Surówka:100g
- Kompot: 220 ml

Wtorek 27.10.2026

Zupa śmieszna z soczewicą

Składniki:

- wywar warzywny, marchewka, pietruszka, **seler**,
- por, sól, pieprz, soczewica czerwona
- ziemniaki, natka pietruszki, fasola szparagowa, groszek zielony

Ryż sos beszamelowy warzywa na parze

Składniki:

- ryż, filet z kurczaka, mąka**(gluten pszenny),** masło**(mleko)**
- kalafior ,marchew, brokuł, sól, pieprz,

Kompot

Składniki:

- wiśnia ,porzeczka czarna, jeżyna, truskawka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Ryż:100g
- Sos:150g
- Surówka:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ryż:80g
- Sos:100g
- Surówka:100g
- Kompot: 220 ml

Środa 28.10.2026

Zupa barszcz ukraiński

Składniki:

- porcja rosołowa, marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól,
- pieprz, ziemniaki, buraki , fasola czerwona, buraczki czerwone
- mąka**(gluten pszenny**)

Łazanki ,ciasteczko z jabłkiem 70g

Składniki:

- kapusta kiszona, kiełbasa śląska, makaron łazanka**(gluten pszenny)**
- olej, sól, pieprz

Kompot

Składniki:

- wiśnia ,truskawka, porzeczka czarna, jeżyna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Łazanki:350g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Łazanki:275g
- Kompot: 220 ml

Czwartek 29.10.2026

Zupa grochowa z kiełbasą

Składniki:

- porcja rosołowa, kości wędzone ,marchewka, pietruszka, **seler**, por, sól,
- pieprz, kiełbasa śląska, groch,

Racuchy z jabłkiem jogurt pitny 120ml

Składniki:

- jabłka **jajka**, mąka **(gluten pszenny)** ,
- **mleko**, cukier puder, cukier, **masło(mleko)**
- olej

Kompot

Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Racuchy:350g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Racuchy:275g
- Kompot: 220 ml

Piątek 30.10.2026

Zupa dyniowa krem

Składniki:

- wywar warzywny, dynia, ziemniaki, marchew,
- pestki dyni, sól, pieprz
- **seler**, pietruszka

Ziemniaki, ryba, surówka z kapusty kiszonej

Składniki:

- ziemniaki, **ryba, jajka**, bułka tarta**(gluten pszenny)** ,
- kapusta kiszona, cebula, oliwa z oliwy, sól, pieprz , olej

Kompot

Składniki:

- wiśnia, truskawka, jeżyna, porzeczka czarna, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Ziemniaki:150g
- Ryba:100g
- Surówka:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Ziemniaki:100g
- Ryba:80g
- Surówka:100g
- Kompot: 220 m

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu
3. Jadłospis może ulec zmianie