# Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Przedmościu

---

# Jadłospis obowiązujący od 02.11.2026r. do 06.11.2026r.

## Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 02.11.2026r. do 06.11.2026r.....2
Poniedziałek 02.11.2026.....2
Zupa pomidorowa z ryżem.....2
Kasza bulgur z gulaszem wieprzowym, ogórek kiszony .....2
Kompot.....2
Wtorek 03.11.2026.....3
Zupa żurek z jajkiem i kiełbasą.....3
Naleśniki z dżeme truskawkowym.....3
Kompot.....3
Środa 04.11.2026.....4
Zupa ogórkowa.....4
Ziemniaki ryba, surówka z marchwi mini.....4
Kompot.....4
Czwartek 05.11.2026.....5
Zupa brokułowa krem.....5
Kopytka z kapustą zasmażaną.....5
Kompot.....5
Piątek 06.11.2026.....6
Zupa jarzynowa z ciecierzycą i groszkiem.....6
Bułki na parze z sosem truskawkowym.....6
Kompot.....6

# Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Przedmościu

---

## Jadłospis obowiązujący od 02.11.2026r. do 06.11.2026r.

### Poniedziałek 02.11.2026

#### Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki:

- wywar warzywny, ryż, marchew, pietruszka,
- **seler**, sól, pieprz, natka pietruszki , koncentrat pomidorowy
- śmietana 18%(**mleko)**

#### Kasza bulgur z gulaszem wieprzowym ,ogórek kiszony

Składniki:

- kasza**(gluten pszenny),** szynka wieprzowa, mąka**(gluten pszenny)**
- ogórek kiszony, olej , sól, pieprz

#### Kompot

Składniki:

- truskawka , wiśnia, borówka, jabłko, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Kasza:200g
- Gulasz:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Kasza:150g
- Gulasz:100g
- Kompot: 220 ml

## Wtorek 03.11.2026

### Zupa żurek  z jajkiem i kiełbasą

Składniki:

- porcja rosołowa, kości wędzone marchew, pietruszka, **seler,**
- żurek**(żyto), jajka**, kiełbasa śląska
- sól, pieprz, czosnek

### Naleśniki z dżemem baton 60g

Składniki:

- mąka**(gluten pszenny) mleko, jajka,** dżem truskawkowy, olej

### Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jabłko, borówka,  woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400ml
- Naleśniki:200g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250ml
- Naleśniki:150g
- Kompot: 220 ml

## Środa 04.11.2026

### Zupa ogórkowa

Składniki:

- marchew, pietruszka, **seler** , ogórek kiszony, mąka**(gluten pszenny)**
- porcja rosołowa, sól, pieprz, ziemniaki, natka pietruszki,
- śmietana 18%**(mleko)**

### Ziemniaki , ryba, surówka z marchwi mini

Składniki:

- ziemniaki**, jajka,** marchew, ryba
- olej , bułka tarta**(gluten pszenny)** ,sól, pieprz

### Kompot:

Składniki:

- wiśnia , truskawka, jabłko, borówka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

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

Zestaw mały obiadowy zawiera:

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

## Czwartek 05.11.2026

### Zupa brokułowa krem

Składniki :

- porcja rosołowa,
- ziemniaki, brokuły, sól, pieprz, czosnek
- marchew, pietruszka, **seler,**

### Kopytka z kapustą zasmażaną

Składniki:

- ziemniaki, kapusta kiszona, kiełbasa śląska
- sól, pieprz, ziele angielski, liść laurowy
- **jajka,** olej, boczek wędzony

### Kompot

Składniki:

- borówka ,wiśnia ,jabłko, truskawka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa : 400 ml
- Kopytka:200g
- Kapusta:150g
- Kompot: 220 ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa : 250 ml
- Kopytka:150g
- Kapusta:100g
- Kompot: 220 ml

# Szkoła Podstawowa im. Jana Pawła II w Przedmościu

---

## Piątek 06.11.2026

### Zupa jarzynowa z ciecierzycą i groszkiem

Składniki:

- wywar warzywny marchew, pietruszka, **seler,**
- natka pietruszki, ciecierzyca, groszek zielony mrożony
- sól, pieprz

### Bułki na parze z sosem truskawkowym serek waniliowy 120g

Składniki:

- parowce**(gluten pszenny, jajka, mleko, masło),** truskawki mrożone ,
- cukier trzcinowy

### Kompot

Składniki:

- truskawka, wiśnia, jabłka, borówka, woda

Zestaw duży obiadowy zawiera:

- Zupa: 400ml
- Bułki:300g
- Sos:50g
- Kompot: 220ml

Zestaw mały obiadowy zawiera:

- Zupa: 250ml
- Bułki: 150g
- Sos:30g
- Kompot: 220ml

Legenda (objaśnienia):

1. Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem
2. Ilość cukru trzcinowego: 5 g w 220 ml kompotu