Jadłospis 31.08 - 11.09

SZKOŁA PODSTAWOWA IM. JANA PAWŁA II W PĘPOWIE

31.08.2026 **Poniedziałek**	01.09.2026 **Wtorek**	02.09.2026 **Środa**	03.09.2026 **Czwartek**	04.09.2026 **Piątek**
ŚNIADANIE -	**ŚNIADANIE** Bułka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, mleko, żyto, jęczmień, owies* Ser żółty ***Alergeny:*** *mleko* Pomidor Ogórek Jabłko Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** Chleb z masłem ***Alergeny:*** *żyto, pszenica, mleko* Szynka wieprzowa Ogórek kiszony Papryka czerwona Herbata owocowa Kakao ***Alergeny:*** *mleko*	**ŚNIADANIE** Bułka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, mleko, żyto, jęczmień, owies* Serek biały, śmietankowy ***Alergeny:*** *mleko* Rzodkiewka Ogórek Sałata Herbata owocowa	**ŚNIADANIE** Chleb z masłem ***Alergeny:*** *żyto, pszenica, mleko* Jajko gotowane ***Alergeny:*** *jaja* Pomidor Marchew Owsianka z owocami i orzechami nerkowca ***Alergeny:*** *owies, mleko, orzechy* Herbata owocowa
OBIAD -	**OBIAD** Zupa ogórkowa ***Alergeny:*** *seler, mleko, pszenica* Spaghetti z mięsem drobiowym w sosie pomidorowym ***Alergeny:*** *pszenica* Brokuł, gotowany ***Alergeny:*** *mleko*	**OBIAD** Zupa fasolowa na wywarze warzywnym ***Alergeny:*** *seler, pszenica* Racuchy z jabłkiem prażonym ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica* Brzoskwinia	**OBIAD** Zupa kalafiorowa z ziemniakami ***Alergeny:*** *seler, mleko, pszenica* Pieczeń wieprzowa Ziemniaki gotowane Kapusta czerwona, gotowana ***Alergeny:*** *mleko*	**OBIAD** Zupa pomidorowa z makaronem ***Alergeny:*** *seler, pszenica, mleko* Panierowany filet z miruny ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, ryba* Puree ziemniaczane ***Alergeny:*** *mleko* Surówka z kapusty białej, pora i selera ***Alergeny:*** *jaja, gorczyca, seler*
PODWIECZOREK -	**PODWIECZOREK** Herbatniki ***Alergeny:*** *pszenica, mleko* Banan Kefir ***Alergeny:*** *mleko*	**PODWIECZOREK** Wafle tortowe z dżemem Jabłko Maślanka ***Alergeny:*** *mleko*	**PODWIECZOREK** Koktajl bananowo-czekoladowy na mleku ***Alergeny:*** *mleko* Chrupki kukurydziane Orzechy nerkowca ***Alergeny:*** *orzechy*	**PODWIECZOREK** Jogurt owocowy ***Alergeny:*** *mleko* Jabłko

07.09.2026 **Poniedziałek**	08.09.2026 **Wtorek**	09.09.2026 **Środa**	10.09.2026 **Czwartek**	11.09.2026 **Piątek**
ŚNIADANIE	**ŚNIADANIE**	**ŚNIADANIE**	**ŚNIADANIE**	**ŚNIADANIE**
Chleb z masłem ***Alergeny:*** *żyto, pszenica, mleko*	Bułka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, mleko, żyto, jęczmień, owies*	Chleb z masłem ***Alergeny:*** *żyto, pszenica, mleko*	Bułka z masłem ***Alergeny:*** *pszenica, mleko, żyto, jęczmień, owies*	Chleb z masłem ***Alergeny:*** *żyto, pszenica, mleko*
Szynka drobiowa	Ser smażony ***Alergeny:*** *mleko, jaja*	Parówki z szynki	Ser żółty ***Alergeny:*** *mleko*	Pasta jajeczna ***Alergeny:*** *jaja, gorczyca*
Pomidor	Ogórek	Pomidor	Ogórek kiszony	Pomidor
Ogórek kiszony	Papryka czerwona	Marchew	Papryka czerwona	Rzodkiewka
Owsianka z owocami i orzechami nerkowca ***Alergeny:*** *owies, mleko, orzechy*	Sałata	Sałata	Herbata owocowa	Jabłko
Herbata owocowa	Pestki dyni	Mleko ***Alergeny:*** *mleko*		Herbata owocowa
	Herbata owocowa	Herbata owocowa		
OBIAD	**OBIAD**	**OBIAD**	**OBIAD**	**OBIAD**
Zupa grochowa z mięsem ***Alergeny:*** *seler, mleko, pszenica*	Rosół z kurczaka z makaronem ***Alergeny:*** *seler*	Zupa jarzynowa ***Alergeny:*** *seler, mleko, pszenica*	Krem z białych warzyw ***Alergeny:*** *seler*	Zupa pomidorowa z ryżem ***Alergeny:*** *seler, mleko, pszenica*
Naleśniki z serem ***Alergeny:*** *mleko, jaja, pszenica*	Panierowany filet z piersi kurczaka ***Alergeny:*** *pszenica, jaja*	Gulasz curry z ciecierzycą, warzywami i ryżem	Paluszki rybne pieczone ***Alergeny:*** *pszenica, ryba*	Gzik z rzodkiewką i szczypiorkiem ***Alergeny:*** *mleko*
Brzoskwinia	Puree ziemniaczane ***Alergeny:*** *mleko*		Puree ziemniaczane ***Alergeny:*** *mleko*	Ziemniaki gotowane
	Surówka z kapusty kiszonej		Surówka z marchwi	Banan
PODWIECZOREK	**PODWIECZOREK**	**PODWIECZOREK**	**PODWIECZOREK**	**PODWIECZOREK**
Ciastko biszkoptowe ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, soja, mleko, orzechy*	Bułka mleczna ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko*	Ciastko żytnie ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko, orzechy*	Budyń czekoladowy ***Alergeny:*** *mleko, jaja, soja*	Drożdżówka z owocami ***Alergeny:*** *pszenica, jaja, mleko*
Jabłko	Śliwki	Brzoskwinia	Wafle ryżowe z powidłami	Maślanka ***Alergeny:*** *mleko*
		Maślanka ***Alergeny:*** *mleko*	Jabłko	