

Jadłospis Zespół Szkół w Donaborowie- Szkoła

28.09.2026 poniedziałek

Zupa grochowa z kiebasą na wywarze warzywnym 230 ml

Składniki: 150 ml woda, 55 g ziemniaki, 20 g groch, nasiona suche, 20 g kielbasa debreczyńska, 15 g marchew, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g ~~seler~~ korzeniowy, 5 g por, 5 g natka pietruszki, 0.15 g sól biała, 0.15 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 230 g

Składniki: 80 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 70 g ryż biały, 70 g jabłko, 10 g cukier, 1 g cynamon

29.09.2026 wtorek

Zupa krem buraczkowy na wywarze warzywnym z grzankami. 230 ml

Składniki: 130 ml woda, 55 g burak, 35 g marchew, 35 g ziemniaki, 30 g pietruszka, korzeń, 20 g ~~seler~~ korzeniowy, 20 g cebula, 15 g grzanki ~~pszenne~~, 15 g por, 5 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 5 g sok ze świeżej cytryny, 5 g natka pietruszki, 2 g olej rzepakowy, 2 g czosnek, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 2 g liść laurowy, 2 g ziele angielskie

Filet z kurczaka panierowany 60 g

Składniki: 55 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 11 g bułka tarta (~~pszenica~~), 11 g ~~jaja~~ kurze całe, 5 g olej rzepakowy, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 15 ml ~~mleko~~ krowie, 3,2% tłuszczu, 5 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Surówka z selera z jogurtem naturalnym i żurawiną 75 g

Składniki: 85 g ~~seler~~ korzeniowy, 30 g jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z ~~mleka~~), 10 g żurawina suszona

30.09.2026 środa

Zupa rosół z indyka z makaronem i natką pietruszki. 230 g

Składniki: 260 ml woda, 40 g marchew, 40 g indyk, tuszka, 25 g pietruszka, korzeń, 25 g ~~seler~~ korzeniowy, 25 g makaron ~~pszeniny~~ bezjajeczny, 15 g udo z kurczaka, 5 g natka pietruszki, 1 g sól biała, 1 g pieprz, 1 g liść laurowy, 1 g ziele angielskie

Pulpety z ciecierzycy wegetariańskie z marchewką. 75 g

Składniki: 45 g ciecierzycza, nasiona suche, 15 g marchew, 5 g bułka tarta (~~pszenica~~), 3 g olej rzepakowy, 3 g skrobia ziemniaczana, 1 g czosnek, 1 g papryka ostra, 0 g sok ze świeżej cytryny, 0 g pieprz, 0 g sól o obn. zaw. sodu

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 45 g ziemniaki, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 1 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Surówka Coleslaw 75 g

Składniki: 90 g kapusta biała, 15 g marchew, 10 g cebula, 5 g cytryna, 3 g majonez (~~jaja~~, ~~gorczyca~~), 3 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 0 g cukier, 0 g sól biała, 0 g pieprz

01.10.2026 czwartek

Zupa krem dyniowy z grzankami. 230 ml

Składniki: 100 g dynia, 30 g marchew, 30 g grzanki ~~pszenne~~, 15 g pietruszka, korzeń, 15 g por, 15 g ~~seler~~ korzeniowy

Makaron w sosie śmietanowym z filetem i warzywami 275 g

Składniki: 45 g makaron pełnoziarnisty (~~pszenica~~), 40 g bukiet z jarzyn wiosennych, mrożony, 35 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 16 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 7 g olej rzepakowy, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 0 g gałka muskatołowa

02.10.2026 piątek

Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym 240 ml

Składniki: 141 ml woda, 74 g kalafior, 42 g kurczak, tuszka, 37 g marchew, 37 g ziemniaki, 32 g pietruszka, korzeń, 20 g ~~seler~~ korzeniowy, 15 g por, 14 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 5 g koperek, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 2 g liść laurowy, 2 g ziele angielskie

Kotlet mielony z miruny panierowany 45 g

Składniki: 40 g ~~miruna~~ świeża, filety bez skóry (~~ryba~~), 15 g ~~jaja~~ kurze całe, 9 g olej rzepakowy, 5 g szczypiorek, 5 g bułka tarta (~~pszenica~~), 5 g mąka ~~pszenna~~, typ 450

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Kapusta biała gotowana 75 g

Składniki: 90 g kapusta biała, 4 g olej rzepakowy

INTENDENT
Dicnonh
Anna Wiczorek

DYREKTOR
Żłobka Gminnego
w Baranowie
hira
Izabela Siwa

DYREKTOR
Zespołu Szkół w Donaborowie
Alfred
Alojzy Piasecki

05.10.2026 poniedziałek

Zupa żurek z kielbaską na wywarze warzywnym. 230 ml

Składniki: 170 ml woda, 70 g ziemniaki, 25 g kielbasa debreczyńska, 20 g marchew, 10 g pietruszka, korzeń, 10 g **sele** korzeniowy, 10 g por, 5 g natka pietruszki, 5 g czosnek, 5 g zakwas na żurek (**żyto**), 2 g pieprz, 2 g liść laurowy, 2 g ziele angielskie

Naleśniki z sosem jogurtowo-jagodowym 230 g

Składniki: 80 g jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), 60 ml **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, 30 g mąka **pszenna**, typ 450, 25 g dżem jagodowy, niskosłodzony, 15 g **jaja** kurze całe, 5 g olej rzepakowy, 5 g cukier

06.10.2026 wtorek

Krem z groszku na wywarze warzywnym 240 ml

Składniki: 151 ml woda, 94 g groszek zielony, mrożony, 52 g ziemniaki, 42 g marchew, 31 g pietruszka, korzeń, 26 g **sele** korzeniowy, 16 g por, 10 g cytryna, 5 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Omlet jajeczny ze szczypiorkiem. 80 g

Składniki: 112 g **jaja** kurze całe, 10 g olej rzepakowy

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 5 ml **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z **mleka**), 0 g sól biała

Fasolka żółta szparagowa 90 g

07.10.2026 środa

Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze drobiowo-warzywnym. 230 ml

Składniki: 155 ml woda, 65 g ogórek kiszony, 40 g marchew, 35 g pietruszka, korzeń, 25 g **sele** korzeniowy, 25 g mięso z ud kurczaka, bez skóry, 20 g ryż biały, 15 g śmietana 18% (z **mleka**), 15 g por, 5 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Pulpety z ciecierzycy wegetariańskie z marchewką. 75 g

Składniki: 50 g ciecierzycy, nasiona suche, 20 g marchew, 5 g bułka tarta (**pszenica**), 5 ml **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, 5 g mąka **pszenna**, typ 450, 3 g olej rzepakowy, 2 g czosnek, 2 g papryka ostra, 0 g sok ze świeżej cytryny, 0 g pieprz, 0 g sól o obn. zaw. sodu

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 50 g ziemniaki, 5 ml **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z **mleka**), 0 g sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 75 g

Składniki: 80 g kapusta pekińska, 20 g jabłko, 10 g marchew, 8 g śmietana 18% (z **mleka**), 5 g cytryna, 2 g majonez (**jaja**, **gorczyca**), 0 g cukier, 0 g sól biała, 0 g pieprz

08.10.2026 czwartek

Krem z białych warzyw z grzankami 230 ml

Składniki: 140 ml woda, 75 g kalafior, 40 g marchew, 40 g ziemniaki, 30 g pietruszka, korzeń, 25 g **sele** korzeniowy, 15 g por, 10 g chleb **pszemno-żytni**, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie, 0 g gałka muskatowa, 0 g tymianek

Pulpety z kurczaka w sosie śmietanowym. 105 g

Składniki: 90 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 15 g mąka **pszenna**, typ 450, 10 g cebula, 10 g śmietana 30%, 5 g bułki **pszenne** zwykłe, 5 g **jaja** kurze całe, 2 g czosnek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Ryż brązowy 55 g

Kalafior 85 g

09.10.2026 piątek

Zupa jarzynowa na wywarze drobiowym.. 245 ml

Składniki: 208 ml woda, 75 g ziemniaki, 53 g marchew, 45 g mięso z ud kurczaka, bez skóry, 43 g kalafior, 32 g pietruszka, korzeń, 21 g **sele** korzeniowy, 21 g por, 21 g brokuły, mrożone, 21 g fasolka szparagowa, mrożona, 5 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Filet z miruny panierowany. 60 g

Składniki: 75 g **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), 8 g **jaja** kurze całe, 8 g bułka tarta (**pszenica**)

Puree ziemniaczane. 55 g

Składniki: 73 g ziemniaki, 6 ml **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, 6 ml **mleko** krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z **mleka**), 0 g sól biała

Surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka. 75 g

Składniki: 60 g kapusta kiszona, 35 g marchew, 30 g jabłko, 15 g cebula, 4 g olej rzepakowy

Alergeny zostały wyróżnione na jadalospisie poprzez **podkreślenie**.

INTENDENT
Anna Wieczorek
Anna Wieczorek

DYREKTOR
Żłobka Gminnego
w Baranowie
Izabela Siwa
Izabela Siwa

[Signature]

DYREKTOR
Zespołu Szkół w Donaborowie
Alojzy Piasecki
Alojzy Piasecki

Jadłospis Zespół Szkół w Donaborowie- Przedszkole

📅 **28.09.2026 poniedziałek**

Zupa grochowa z kiebasą na wywarze warzywnym 215 ml

Składniki: 140 ml woda, 60 g ziemniaki, 20 g groch, nasiona suche, 20 g kiełbasa debreczyńska, 15 g marchew, 5 g pietruszka, korzeń, 5 g ~~seler~~ korzeniowy, 5 g por, 5 g natka pietruszki, 0.14 g sól biała, 0.14 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Ryż na mleku z jabłkiem prażonym 215 g

Składniki: 75 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 65 g ryż biały, 65 g jabłko, 10 g cukier, 1 g cynamon

📅 **29.09.2026 wtorek**

Zupa krem buraczkowy na wywarze warzywnym z grzankami. 215 ml

Składniki: 120 ml woda, 50 g burak, 35 g marchew, 35 g ziemniaki, 25 g pietruszka, korzeń, 20 g ~~seler~~ korzeniowy, 20 g cebula, 15 g grzanki ~~pszenne~~, 10 g por, 5 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 5 g sok ze świeżej cytryny, 5 g natka pietruszki, 2 g olej rzepakowy, 2 g czosnek, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 2 g liść laurowy, 2 g ziele angielskie

Filet z kurczaka panierowany 50 g

Składniki: 45 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 10 g bułka tarta (~~pszenica~~), 5 g ~~jaja~~ kurze całe, 5 g olej rzepakowy, 0 g sól biała, 0 g pieprz

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 50 g ziemniaki, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Surówka z selera z jogurtem naturalnym i żurawiną 70 g

Składniki: 80 g ~~seler~~ korzeniowy, 30 g jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z ~~mleka~~), 10 g żurawina suszona

📅 **30.09.2026 środa**

Zupa rosół z indyka z makaronem i natką pietruszki. 215 g

Składniki: 240 ml woda, 35 g marchew, 35 g indyk, tuszka, 20 g pietruszka, korzeń, 20 g ~~seler~~ korzeniowy, 20 g makaron ~~pszenny~~ bezjajeczny, 15 g udo z kurczaka, 5 g natka pietruszki, 1 g sól biała, 1 g pieprz, 1 g liść laurowy, 1 g ziele angielskie

Pulpety z ciecierzycy wegetariańskie z marchewką. 70 g

Składniki: 40 g ciecierzycy, nasiona suche, 15 g marchew, 5 g bułka tarta (~~pszenica~~), 3 g olej rzepakowy, 3 g skrobia ziemniaczana, 1 g czosnek, 0 g sok ze świeżej cytryny, 0 g pieprz, 0 g sól o obn. zaw. sodu

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 40 g ziemniaki, 10 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Surówka Coleslaw 70 g

Składniki: 85 g kapusta biała, 15 g marchew, 10 g cebula, 5 g cytryna, 4 g majonez (~~jaja~~, ~~gorczyca~~), 4 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 0 g cukier, 0 g sól biała, 0 g pieprz

📅 **01.10.2026 czwartek**

Zupa krem dyniowy z grzankami. 215 ml

Składniki: 95 g dynia, 30 g marchew, 15 g pietruszka, korzeń, 15 g por, 15 g ~~seler~~ korzeniowy, 15 g grzanki ~~pszenne~~

Makaron w sosie śmietanowym z filetem i warzywami 260 g

Składniki: 55 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 45 g makaron pełnoziarnisty (~~pszenica~~), 35 g bukiet z jarzyn wiosennych, mrożony, 15 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 7 g olej rzepakowy, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 0 g gałka muskatowa

📅 **02.10.2026 piątek**

Zupa kalafiorowa na wywarze drobiowym 215 ml

Składniki: 130 ml woda, 65 g kalafior, 46 g kurczak, tuszka, 35 g marchew, 35 g ziemniaki, 30 g pietruszka, korzeń, 20 g ~~seler~~ korzeniowy, 15 g por, 13 g śmietana 18% (z ~~mleka~~), 5 g koperek, 2 g sól biała, 2 g pieprz, 2 g liść laurowy, 2 g ziele angielskie

Kotlet mielony z miruny panierowany 45 g

Składniki: 35 g ~~miruna~~ świeża, filety bez skóry (~~ryba~~), 15 g ~~jaja~~ kurze całe, 8 g olej rzepakowy, 5 g szczypiorek, 5 g bułka tarta (~~pszenica~~), 5 g mąka ~~pszenna~~, typ 450

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml ~~mleko~~ krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z ~~mleka~~), 0 g sól biała

Kapusta biała gotowana 70 g

Składniki: 85 g kapusta biała, 3 g olej rzepakowy

INTENDENT

Wieronika
Anna Wieronika

DYREKTOR
Łłobka Gminnego
w Baranowie

Izabela
Izabela Siwa

DYREKTOR
Zespołu Szkół w Donaborowie

Alojzy
Alojzy Flasecki

ŻŁOBEK GMINNY

w Baranowie

53-604 Baranów, ul. Jana Pawła II 23

Składniki: 160 ml woda, 65 g ziemniaki, 25 g kielbasa debreczyńska, 20 g marchew, 10 g pietruszka, korzeń, 10 g seler korzeniowy, 10 g por, 5 g natka pietruszki,

Tel. 520 030 882

05.10.2026 poniedziałek

Zupa żurek z kielbaską na wywarze warzywnym. 215 ml

Składniki: 160 ml woda, 65 g ziemniaki, 25 g kielbasa debreczyńska, 20 g marchew, 10 g pietruszka, korzeń, 10 g seler korzeniowy, 10 g por, 5 g natka pietruszki, 4 g czosnek, 4 g zakwas na żurek (żyto), 1 g pieprz, 1 g liść laurowy, 1 g ziele angielskie

Naleśniki z sosem jogurtowo-jagodowym 215 g

Składniki: 75 g jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), 60 ml mleko krowie, 3,2% tłuszczu, 30 g mąka pszenna, typ 450, 25 g dżem jagodowy, niskosłodzony, 15 g jaja kurze całe, 5 g cukier, 4 g olej rzepakowy

06.10.2026 wtorek

Krem z groszku na wywarze warzywnym 250 ml

Składniki: 138 ml woda, 83 g groszek zielony, mrożony, 48 g ziemniaki, 35 g marchew, 28 g pietruszka, korzeń, 22 g seler korzeniowy, 12 g por, 5 g cytryna, 2 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Omlet jajeczny ze szczypiorkiem. 70 g

Składniki: 90 g jaja kurze całe, 7 g olej rzepakowy

Puree ziemniaczane. 55 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 12 ml mleko krowie, 3,2% tłuszczu, 1 g masło ekstra (z mleka), 0 g sól biała

Fasolka żółta szparagowa 75 g

07.10.2026 środa

Zupa ogórkowa z ryżem na wywarze drobiowo-warzywnym. 215 ml

Składniki: 150 ml woda, 60 g ogórek kiszony, 40 g marchew, 30 g pietruszka, korzeń, 25 g seler korzeniowy, 25 g mięso z ud kurczaka, bez skóry, 15 g śmietana 18% (z mleka), 15 g por, 15 g ryż biały, 5 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Pulpety z ciecierzycy wegetariańskie z marchewką. 70 g

Składniki: 45 g ciecierzycy, nasiona suche, 15 g marchew, 5 g bułka tarta (pszenica), 5 ml mleko krowie, 3,2% tłuszczu, 5 g mąka pszenna, typ 450, 3 g olej rzepakowy, 1 g czosnek, 1 g papryka ostra, 0 g sok ze świeżej cytryny, 0 g pieprz, 0 g sól o obn. zaw. sodu

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 45 g ziemniaki, 5 ml mleko krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml mleko krowie, 2% tłuszczu, 1 g masło ekstra (z mleka), 0 g sól biała

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką 70 g

Składniki: 75 g kapusta pekińska, 20 g jabłko, 10 g marchew, 7 g śmietana 18% (z mleka), 5 g cytryna, 1 g majonez (jaja, gorczyca), 0 g cukier, 0 g sól biała, 0 g pieprz

08.10.2026 czwartek

Krem z białych warzyw z grzankami 215 ml

Składniki: 130 ml woda, 65 g kalafior, 35 g marchew, 35 g ziemniaki, 30 g pietruszka, korzeń, 25 g seler korzeniowy, 15 g por, 10 g chleb pszenno-żytni, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie, 0 g gałka muszkatołowa, 0 g tymianek

Pulpety z kurczaka w sosie śmietanowym. 100 g

Składniki: 85 g mięso z piersi kurczaka, bez skóry, 10 g mąka pszenna, typ 450, 10 g cebula, 10 g śmietana 30%, 5 g bułki pszenne zwykłe, 5 g jaja kurze całe, 2 g czosnek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Ryż brązowy 50 g

Kalafior 80 g

09.10.2026 piątek

Zupa jarzynowa na wywarze drobiowym.. 250 ml

Składniki: 167 ml woda, 58 g ziemniaki, 42 g marchew, 33 g kalafior, 25 g mięso z ud kurczaka, bez skóry, 25 g pietruszka, korzeń, 17 g seler korzeniowy, 13 g por, 13 g brokuły, mrożone, 13 g fasolka szparagowa, mrożona, 3 g koperek, 0 g sól biała, 0 g pieprz, 0 g liść laurowy, 0 g ziele angielskie

Filet z miruny panierowany. 50 g

Składniki: 71 g miruna świeża, filety bez skóry (ryba), 7 g jaja kurze całe, 7 g bułka tarta (pszenica)

Puree ziemniaczane. 45 g

Składniki: 55 g ziemniaki, 5 ml mleko krowie, 3,2% tłuszczu, 5 ml mleko krowie, 2% tłuszczu, 2 g masło ekstra (z mleka), 0 g sól biała

Surówka z kapusty kiszzonej, marchewki i jabłka. 70 g

Składniki: 55 g kapusta kiszona, 35 g marchew, 30 g jabłko, 15 g cebula, 4 g olej rzepakowy

Alergeny zostały wyróżnione na jadalospisie poprzez **podkreślenie**.

INTENDENT
Wiceminister
Anna Wieczorek

DYREKTOR
Żłobka Gminnego
w Baranowie
Izabela Siwa



DYREKTOR
Zespołu Szkół w Dobaborowie
Alojzy Piasecki