

Spółdzielnia Socjalna Sekret Smaku		JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH dla dzieci i młodzieży KWIECIEŃ 2025	gramatura / zapotrzebowanie energetyczne	
data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat
31 marzec 2025	Żurek z kielbasą i ziemniakami	porcja rosółowa, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna , mąka żytnia, czosnek, śmietana 15%, sól, pieprz, majeranek, cebula, ziemniaki, żurek skrobia, mleko odtłuszczone w proszku, mąka żytnia 15% sól, płatki ziemniaczane, boczek wieprzowy wędzony prażony 5,5% tłuszcz roślinny, cukier, kwas cytrynowy aromaty, cebula prażona 1,3% ekstrakt drożdżowy, czosnek 0,9% majeranek, maltodekstryna, sos sojowy w tym soja, pszenica liść laurowy, pieprz czarny, aromaty, aromat dymu wędzarniczego. kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy , przyprawy, gorczyca ,	300 ml	350 ml
	Makaron z serem	makaron kokardki – mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja , sól, twaróg półtłusty, cukier, masło klarowane	200 g	250 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	500	700
1 kwiecień 2025	Rosół z makaronem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml
	Filet drobiowy w sosie ziołowym ziemniaki buraki z ogórkiem	filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, zioła, mąka pszenna , olej rzepakowy, śmietana	120 g	150 g
		ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g
		buraki czerwone, ogórek konserwowy, sól, cukier, sok z cytryny	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	699	900
2 kwiecień 2025	Krupnik	porcja rosółowa z kurczaka, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona,	300 ml	350 ml
	Rumsztyki na parze z cebulą ziemniaki surówka z kapusty pekińskiej	mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny, cebula	100 g	150 g
		ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g
		Kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	700	898
3 kwiecień 2025	Zupa jarzynowa z makaronem	pieprz, śmietana 15%, makaron mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jajka kurze, sól	300 ml	350 ml
	Gołąbki w sosie pomidorowym	mięso mielone z szynki, cebula, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, kapusta, mąka pszenna , koncentrat pomidorowy	250 g	300 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	499	702
4 kwiecień 2025	Zupa grochowa z ziemniakami	porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna , sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,	300 ml	350 g
	Filet z ryby panierowany ziemniaki surówka z kiszanej kapusty	filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, 5%, jajko , mąka pszenna , bułka tarta	120 g	150 g
		ziemniaki, masło klarowane, sól	150 g	200 g
		kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	618	810
Jadłospis może ulec niewielkim zmianom				

Spółdzielnia Socjalna Sekret Smaku		JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH dla dzieci i młodzieży KWIECIEŃ 2025	gramatura / zapotrzebowanie energetyczne	
data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat
7 kwiecień 2025	Zupa koperkowa z ryżem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15%, ryż	300 ml	350
	Bigos	kapusta kiszona, marchew, cebula, mięso wieprzowe z łopatką, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe 85% , tłuszcz wieprzowy 6%, sól, białko sojowe, błonnik pszenny, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, papryka słodka, kminek,	200 g	250 g
	Butka zwykła	mąka pszenna typ 650, drożdże, sól, cukier	60 g	60 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	530	702
8 kwiecień 2025	Barszcz czerwony z groszkiem ptysiowym	porcja rosółowa z kurczaka, burak czerwony, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, groszek ptysiowy: mąka pszenna , jaja , olej	300 ml	350 ml
	Makaron penne z kurczakiem brokuć i pieczarkami w sosie śmietanowym	filet z kurczaka, brokuć, pieczarki, mąka pszenna , śmietana 30 %, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja , sól	200 g	300 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	699	730
9 kwiecień 2025	Rosół z makaronem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	250	117,00
	Karczek z pieca ziemniaki surówka colesław	karczek, pieprz, sól, papryka, olej rzepakowy	100 g	150 g
		ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g
		kapusta biała, marchew, cebula, koper, sól, pieprz	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
10 kwiecień 2025	Zupa grysikowa	kurczak, porcja z kaczki, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, kasza manna .	250	109,00
	Pulpety w sosie pomidorowym ziemniaki sałatka szwedzka	łopatka wieprzowa, cebula, bazyli, liść laurowy, ziele angielskie, mąka pszenna , butka tarta, jaja kurze, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, śmietana 30 %	120 g	150 g
		ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g
		ogórki, ocet spirytusowy, cukier, sól przyprawy	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
11 kwiecień 2025		kcal	735	946
	Zupa grochowa z ziemniakami	porcja rosółowa, groch omielany, marchew, pietruszka, por, mąka pszenna , sól, pieprz, natka pietruszki, ziemniaki, majeranek,	300 ml	350 g
	Ryż z musem truskawkowym	ryż, sól, truskawki, śmietana , cukier, masło klarowane	270 g	320 g
	woda		200 ml	250 ml
		kcal	499	702
Jadłospis może ulec niewielkim zmianom				

Spółdzielnia Socjalna Sekret Smaku		JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH dla dzieci i młodzieży KWIECIEŃ 2025	gramatura / zapotrzebowanie energetyczne	
data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat
14 kwiecień 2025	Zupa pomidorowa z ryżem	porcja rosółowa z kurczaka, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, koncentrat pomidorowy, śmietana 15%, koper, ryż	300 ml	350 ml
	Łazanki z kapustą, kielbasą i boczkiem	kapusta młoda, olej kujawski, kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca, makaron łazanka – mąka pszenna, jaja,	200 g	250 g
	woda		200 ml	250 ml
	kcal		504	699
15 kwiecień 2025	Rosół z zacierką	kurczak, marchew, pietruszka, seler, pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml
	Kotlet drobiowy	filet drobiowy, przyprawa do drobiu, pieprz, sól, papryka, jaja, bułka tarta pszenna, olej rzepakowy	120 g	150 g
	ziemniaki surówka marchewka z jabłkiem	ziemniaki, masło klarowane, sól marchew, jabłko, cytryna, cukier	120 g	150 g
			90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
kcal		699	900	
16 kwiecień 2025	Zupa brokułowa z grzankami	porcja rosółowa z kurczaka, seler, pietruszka, brokuły, ziemniaki, sól, pieprz, grzanki – chleb: mąka pszenna typ 750, mąka żytnia typ 720, mąka pszenna typ 500, sól, drożdże, mąka ziemniaczane, kwas naturalny	300 ml	350 ml
	Gulasz meksykański	pomidory, fasola czerwona, cebula, papryka, groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca, boczek – mięso wieprzowe, MAKARON ŚWIDERKI - mąka pszenna, mąka z pszenicy durum 100%, jaja, sól	150 g	220 g
	woda		200 ml	250 ml
	kcal		500	702
17 i 18.04.2025	WESOŁYCH ŚWIĄT WIELKANOCNYCH!			
Jadłospis może ulec niewielkim zmianom				

Spółdzielnia Socjalna Sekret Smaku		JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH dla dzieci i młodzieży KWIECIEŃ 2025		gramatura / zapotrzebowanie energetyczne	
data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat	
21 kwiecień 2025	DZIEŃ WOLNY				
22 kwiecień 2025	DZIEŃ WOLNY				
23 kwiecień 2025	Rosół z makaronem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml	
	Podudzie z kurczaka	podudzie z kurczaka, sól, pieprz, przyprawa do drobiu, papryka	120 g	150 g	
	ziemniaki	ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g	
	surówka z kapusty pekińskiej	Kapusta pekińska, sól, pieprz, sos włoski, oliwa	90 g	120 g	
	woda		200 ml	250 ml	
			kcal	700	898
24 kwiecień 2025	Krupnik zabelany z ziemniakami	porcja rosółowa z kurczaka, ziemniaki, pieprz, sól, marchew, pietruszka, por, kasza wiejska, pietruszka zielona, śmietana 15%,	300 ml	350 ml	
	Spaghetti z sosem mięsno – warzywnym	makaron spaghetti – mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100% Sos mięso mielone z szynki wieprzowej, cebula, papryka czerwona, czosnek, bazylia, oregano, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz,	150 g	220 g	
	woda		200 ml	250 ml	
				kcal	599
25 kwiecień 2025	Zupa pieczarkowa z makaronem kulki	300 ml porcja rosółowa z kurczaka, pieczarki, marchew, pietruszka, por, sól, pieprz, śmietana 30%, makaron mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml	
	Filet z ryby panierowany	filet rybny z morszczuka argentyńskiego 95%, 5%, jajko , mąka pszenna , bułka tarta	120 g	150 g	
	ziemniaki	ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g	
	surówka z kiszonej kapusty	kiszona kapusta, marchewka, cebula, olej rzepakowy, cukier, pieprz, sól	90 g	120 g	
	woda		200 ml	250 ml	
			kcal	722	990
Jadłospis może ulec niewielkim zmianom					

Spółdzielnia Socjalna Sekret Smaku		JADŁOSPIS DLA SZKÓŁ PODSTAWOWYCH dla dzieci i młodzieży KWIECIEŃ 2025	gramatura / zapotrzebowanie energetyczne	
data	obiad 2 daniowy	alergeny	6-10 lat	11-16 lat
28 kwiecień 2025	Zupa koperkowa z ryżem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, śmietana 15%, ryż	300 ml	350 ml
	Fasolka po bretońsku	groch jasek, marchew, cebula, koncentrat pomidorowy, mięso wieprzowe z łopatki, kielbasa - kielbasa toruńska – mięso wieprzowe, mięso wołowe 9%, skrobia, sól, błonnik sojowy, przyprawy, gorczyca , boczek – mięso wieprzowe,	200 g	250 g
	Bułka zwykła	mąka pszenna typ 650, drożdże, sól, cukier	60 g	60 g
	woda		200 ml	250 ml
	kcal		507	722
29 kwiecień 2025	Rosół z makaronem	kurczak, marchew, pietruszka, seler , pieprz, sól, lubczyk, natka pietruszki, por, mąka pszenna , mąka z pszenicy durum 100%, jaja	300 ml	350 ml
	Kotlet mielony	mięso mielone z szynki, czosnek, pieprz, sól, przyprawa do mięsa wieprzowego, jaja , mąka pszenna , chleb pszenny, cebula	120 g	150 g
	ziemniaki	ziemniaki, masło klarowane, sól	120 g	150 g
	kapusta biała zasmażana	kapusta biała, marchew, cebula, kminek, pieprz, sól, boczek wędzony, smalec, mąka pszenna	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
kcal		657	821	
30 kwiecień 2025	Zupa kalafiorowa z ziemniakami	porcja rosółowa z kurczaka, marchew, kalafior, seler , pietruszka, por, ziemniaki, sól, pieprz, śmietana 15%	300 ml	300 ml
	Gulasz z indyka	mięso z indyka, sól, pieprz, olej rzepakowy, mąka pszenna , śmietana	120 g	150 g
	Ryż	ryż paraboliczny, sól	120 g	150 g
	warzywa na parze	marchew, brokuł, kalafior, fasola szparagowa, masło klarowane	90 g	120 g
	woda		200 ml	250 ml
kcal		799	898	
3 maj 2025	DZIEŃ WOLNY			
4 maj 2025	DZIEŃ WOLNY			
Jadłospis może ulec niewielkim zmianom				