

Szkoła Podstawowa z Oddziałami Integracyjnymi nr 9 w Koninie

Jadłospis na wrzesień 2026 r.

Środa, 02.09

Zupa kartoflana z koperkiem (seler)
Makaron z warzywami polany sosem
pieczarkowym (gluten pszenny, mleko)
Napar z aronii (brak)

Czwartek, 03.09

Zupa barszcz czerwony z szarymi kluskami
(gluten pszenny, mleko, jaja, seler)
Kotlet mielony z cebulką (gluten pszenny, jaja)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Sałata z jogurtem (mleko)
Napar z rumianku (brak)

Piątek, 04.09

Zupa krem brokułowy z groszkiem ptysiowym
(gluten pszenny, mleko, jaja, soja)
Ryba panierowana (gluten pszenny, mleko, jaja,
ryba, soja, skorupiaki)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z kiszonej kapusty (brak)
Woda z imbirem (brak)

Poniedziałek, 07.09

Zupa pieczarkowa z łazankami (gluten pszenny,
mleko, jaja, soja)
Filet zapiekany z warzywami i serem (gluten
pszenny, mleko, seler)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Marchewka z dynią (gluten pszenny, mleko)
Herbatka owocowa (brak)

Wtorek, 08.09

Zupa żurek z kielbasą (gluten pszenny,
gorczyca)
Kopytka leniwe z masłem (gluten pszenny,
mleko, jaja)
Surówka z marchewki z tartym jabłkiem i
brzoskwinia (brak)
Napar z melisy (brak)

Środa, 09.09

Zupa krem z czerwonej soczewicy z grzanką
(gluten pszenny, mleko, jaja, seler, soja)
Pieczone kotlety z tofu (gluten pszenny, soja)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z białej kapusty (brak)
Woda z cytryną (brak)

Czwartek, 10.09

Zupa szczawiowa (mleko, seler)
Potrawka z kurczaka (gluten pszenny, mleko,
seler)
Ryż (brak)
Bukiet warzyw (gluten pszenny, mleko)
Sok z tłoczonych jabłek (brak)

Piątek, 11.09

Zupa minestrone z lanymi kluskami (mleko)
Ryba zapiekana (gluten pszenny, mleko, jaja,
ryba, soja, skorupiaki)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z kiszonej kapusty (brak)
Napar z pokrzywy (brak)

Poniedziałek, 14.09

Zupa ryżanka z warzywami (mleko, seler)
Placki ziemniaczane z twarogiem i szczypiorkiem
(mleko, jaja)
Rzodkiewka (brak)
Napar z zielonej herbaty (brak)

Wtorek, 15.09

Zupa pomidorowa z makaronem (gluten
pszenny, mleko, seler, soja)
Kotlet schabowy panierowany (gluten pszenny,
mleko, jaja)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Mizeria (mleko)
Woda z miodem (brak)

Środa, 16.09

Zupa jarzynowa (mleko, seler)
Burger z buraków (mleko)
Puree z ciecierzycy (brak)
Mix sałat z vinegre i pestkami dyni (mleko,
gorczyca)
Herbatka malinowa (brak)

Czwartek, 17.09

Zupa grochowa z wędzonką (seler)
Makaron grenedine z kurczakiem (gluten
pszenny, soja)
Szpinak ze słonecznikiem (mleko)
Napar z rumianku (brak)

Piątek, 18.09

Zupa owocowa z zacierką (gluten pszenny, jaja,
soja)
Ryba w cieście serowym (gluten pszenny, mleko,
jaja, ryba, soja, skorupiaki)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z selera (mleko, seler)
Herbatka z owoców leśnych (brak)

Poniedziałek, 21.09

Zupa z batatów i warzyw (mleko)
Leczo warzywne z soczewicą (brak)
Bułka pełnoziarnista (gluten pszenny)
Woda z miodem (brak)

Wtorek, 22.09

Zupa kapuśniak z wędzonką (seler)
Bitki z karkówki (gluten pszenny)
Kluski śląskie (jajka)
Kapusta zasmażana (gluten pszenny, mleko)
Napar z lipy (brak)

Środa, 23.09

Zupa krem ziemniaczany z grzanką (gluten
pszenny, mleko, seler, soja)
Kotlet szpinakowy (gluten pszenny, mleko)
Kasza kuskus z warzywami (gluten pszenny)
Napar z szaflarii (brak)

Czwartek, 24.09

Zupa krupnik (seler)
Udziec pieczony w ziołach (brak)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Marchewka z groszkiem (gluten pszenny, mleko)
Herbatka z pigwy i maliny (brak)

Piątek, 25.09

Zupa polewka z serem (gluten pszenny, mleko)
Kotlety rybne z warzywami (gluten pszenny,
mleko, jaja, ryba, soja, skorupiaki)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z marchewki i ogórka (brak)
Napar z mięty (brak)

Poniedziałek, 28.09

Zupa z cieciorą i warzywami (seler, mleko)
Makaron z sosem bolognese (gluten pszenny,
mleko, seler, soja)
Napar z brzozy (brak)

Wtorek, 29.09

Zupa rosół z makaronem (gluten pszenny, seler)
Sznycelki z indyka w sosie własnym (gluten
pszenny)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Bukiet warzyw (gluten pszenny, mleko)
Woda z cytryną i miodem (brak)

Środa, 30.09

Zupa krem z białych warzyw z grzanką (gluten
pszenny, mleko, seler, soja)
Chrupkie kotleciki z kalafiora (gluten pszenny)
Ziemniaki z koperkiem (brak)
Surówka z czerwonej kapusty (brak)
Napar z aronii (brak)

Receptury potraw do wglądu u intendenta