Intendentpro

Jadłospis Nr 95

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

09.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Szynka kanapkowa
Ogórek kiszony
Masło ekstra (z mleka)
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa ziemniaczana z kiełbasą
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kiełbasa biała parzona, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Potrawka z kurczaka z makaronem
Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, makaron **pszenny** bezjajeczny, groszek zielony, marchew, por, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chałka z serem i malinami
Składniki: maliny, mrożone, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie uht, 2 % tłuszczu, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), cukier, drożdże piekarskie, prasowane, sól biała
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

10.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Parówki z kurczaka (pszenica, jaja, soja, mleko, orzechy, seler, gorczyca, sezam)
Pomidor
Masło ekstra (z mleka)
Kawa zbożowa na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**)
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem
Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Kotlety z soczewicy
Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, ziemniaki, mąka **pszenna**, typ 450, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, czosnek, sól biała, pieprz
Surówka z marchewki i jabłka
Składniki: marchew, jabłko
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt bananowy
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan, cukier puder
Herbatniki (pszenica, mleko)

11.11.2026 Środa

Dzień wolny

12.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Pasta Twarogowa ze szczypiorkiem
Składniki: ser twarogowy chudy (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), szczypiorek, pieprz
Rzodkiewka
Papryka czerwona
Masło ekstra (z mleka)
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Krem z dyni z grzanką
Składniki: woda, dynia, ziemniaki, marchew, chleb **pszenno-żytni**, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Pieczeń rzymska drobiowa
Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, mięso z podudzia indyka, bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy
Ryż biały, gotowany
Buraczki duszone
Składniki: burak, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Budyń czekoladowy
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana, cukier
Mandarynki
Chrupki kukurydziane

13.11.2026 Piątek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane
Ser gouda tłusty (z mleka)
Dżem wiśniowy, niskosłodzony
Ogórek
Masło ekstra (z mleka)
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem
Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Ryba z pieca
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, bułka tarta (**pszenica**), oliwa, sól biała, pieprz
Ziemniaki młode, gotowane
Składniki: ziemniaki, młode
Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i pora
Składniki: kapusta kiszona, marchew, por, olej rzepakowy
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jabłko
Wafelki śmietankowe