

Intendent **pro** Jadłospis Nr 88

📅 **21.09.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Ser ementaler pełnotłusty (z mleka)

Pomidor

Masło ekstra (z mleka)

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Zupa pomidorowa z zacierką

Składniki: woda, passata pomidorowa, marchew, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, zacierka (**pszenica**), śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron z truskawkami i serem

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, truskawki, mrożone, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), cukier

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Banan

📅 **22.09.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Pasta sardynkowo - twarogowa

Składniki: **sardynka** w pomidorach (**ryba**), ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cebula, szczypiorek

Papryka czerwona

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 ogórkowa z ryżem

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, ryż biały, gotowany, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Nuggetsy z kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Mix sałat z sosem czosnkowym

Składniki: sałata rzymska, sałata lodowa, sałata, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), czosnek, majonez (**jaja, gorczyca**), sól biała, pieprz

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Wafel przekładany z gorzką czekoladą

Składniki: wafle nadziewane (**pszenica**), dżem wiśniowy, niskosłodzony, irysy, krówki, masło ekstra (z **mleka**), kakao 16%, proszek

Arbuz

📅 **23.09.2026** **Środa**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Płatki kukurydziane na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane

Dżem z czarnych porzeczek, niskosłodzony

Ogórek

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Krem brokułowo - szpinakowy z grzanką

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, szpinak, chleb **pszenny**, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Kopytka z masłem i cukrem

Składniki: ziemniaki, późne, ser twarogowy chudy (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana, masło ekstra (z **mleka**), cukier

Sos waniliowy

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, żółtko **jaja** kurzego, cukier z prawdziwą wanilią, skrobia ziemniaczana, masło ekstra (z **mleka**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Galaretka z owocami i bitą śmietaną

Składniki: woda, winogrona bez pestek, galaretka owocowa, w proszku, śmietanka 30% (z **mleka**), cukier puder

Krakersy (p. bezglutenowy)

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

📅 **24.09.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenny

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Szynka wieprzowa, gotowana

Serek śmietankowy (z mleka)

Pomidor

Salata

Masło ekstra (z mleka)

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

Pałki z kurczaka pieczone

Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, papryka słodka

Ryż biały gotowany

Składniki: ryż biały, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Buraczki duszone

Składniki: burak, cebula, cytryna, sól biała, pieprz

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt brzoskwiński

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), brzoskwinia w syropie

📅 **25.09.2026** **Piątek**

Śniadanie

Chleb żytni razowy

Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)

Jajko w sosie jogurtowo-majonezowym

Składniki: **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), majonez (**jaja, gorczyca**), sól biała, pieprz

Papryka czerwona

Masło ekstra (z mleka)

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

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

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica, ryba**)

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Gotowany bukiet warzyw

Składniki: bukiet z jarzyn wiosennych, mrożony

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Salatka owocowo-warzywna

Składniki: banan, jabłko, brzoskwinia w syropie, gruszka, marchew, kiwi, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)