Intendentpro

Jadłospis Nr 97

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

23.11.2026 Poniedziałek

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
Pomidor
Masło ekstra (z mleka)
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Zupa ogórkowa z ziemniakiem
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Spaghetti bolognese
Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jogurt wiśniowy
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), wiśnie bez pestek, mrożone, cukier puder

24.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Szynka z indyka
Ogórek
Masło ekstra (z mleka)
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier
Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, żeberka wieprzowe wędzone, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Pałki z kurczaka pieczone
Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, papryka słodka
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Surówka z kapusty pekińskiej, papryki i kukurydzy
Składniki: kapusta pekińska, papryka czerwona, kukurydza, mrożona, cebula, oliwa
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Mus czekoladowy z polewą brzoskwiniową
Składniki: brzoskwinia, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, śmietanka 30% (z **mleka**), czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), woda, żelatyna, cukier

25.11.2026 Środa

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Kiełbasa śląska z wody
Składniki: woda, kiełbasa śląska
Pomidor
Keczup
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 neapolitańska z makaronem
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 12% (z **mleka**), ser gouda tłusty (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Naleśniki z twarogiem i musem borówkowym
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), maliny, mrożone, mąka **pszenna**, typ 450, borówki, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Chrupki kukurydziane
Banan

26.11.2026 Czwartek

Śniadanie

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

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami
Składniki: woda, groch, nasiona suche, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony
Makaron z jabłkami
Składniki: jabłko, makaron **pszenny** bezjajeczny, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, śmietana 18% (z **mleka**), cukier, masło ekstra (z **mleka**), cynamon
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Bruschetta
Składniki: bagietki (p. bezglutenowy), serek śmietankowy (z **mleka**), ogórek, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

27.11.2026 Piątek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Chleb pełnoziarnisty (p. bezglutenowy)
Pasta serowo-paprykowa
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), papryka czerwona, sól biała, pieprz, papryka słodka
Papryka czerwona
Masło ekstra (z mleka)
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Krem z brokuła z grzanką czosnkową
Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, chleb **pszenno-żytni**, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony
Pulpety rybne
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, kasza manna (**pszenica**), skrobia ziemniaczana, mąka **pszenna**, typ 550, olej rzepakowy, szczypiorek, sól biała, pieprz
Kasza kuskus gotowana
Składniki: woda, kasza kuskus (**pszenica**), sól biała
Surówka z marchewki, jabłka i pora z jogurtem greckim
Składniki: marchew, jabłko, por, jogurt grecki (z **mleka**)
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Rogaliki z budyniem i dżemem
Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, margaryna twarda, 80% tłuszczu, z witaminami a i d, kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), drożdże piekarskie, prasowane, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, budyń w proszku, dżem jagodowy, niskosłodzony
Mandarynki