Intendentpro

Jadłospis LISTOPAD 23-27.11.2026

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

23.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
SZYNKA WYKWINTNA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)
Pomidor
Ogórek
Mleko krowie, 2% tłuszczu

Obiad

Zupa ziemniaczana
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, udo z kurczaka, śmietana 18% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Naleśniki z dżemem
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, **jaja** kurze całe, dżem truskawkowy, niskosłodzony, olej rzepakowy

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Jabłko
Woda
Ciasteczka owsiane
Składniki: płatki **owsiane**, masło ekstra (z **mleka**), cukier, soda oczyszczona

24.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
Ser twarogowy chudy (z mleka)
FILET MASLANY Z INDYKA (soja, seler, gorczyca)
Rzodkiewka
Papryka czerwona
Herbata owocowa

Obiad

Krem z cukinii z grzankami
Składniki: woda, cukinia, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Gulasz wieprzowy
Składniki: wieprzowina łopatka, przecier pomidorowy, marchew, cebula, olej rzepakowy

Kasza gryczana
Ogórek kiszony
Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Grzanki do zupy
Składniki: chleb **pszenny**, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

Podwieczorek

Galaretka owocowa z bananem
Składniki: woda, banan, galaretka owocowa, w proszku

Woda

25.11.2026 Środa

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
POLĘDWICA RYDZYŃSKA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)
Pasta jajeczna
Składniki: **jaja** kurze całe, pieprz, majonez (**jaja**, **gorczyca**), musztarda (**gorczyca**), sól biała

Pomidorki koktajlowe
Sałata lodowa
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Obiad

ZUPA MEKSYKAŃSKA Z CZERWONĄ FASOLĄ I SOCZEWICĄ
Składniki: papryka czerwona, ziemniaki, woda, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, marchew, olej rzepakowy, por, sok ze świeżej cytryny, pieprz, papryka słodka, papryczka chili, sól o obn. zaw. sodu, koncentrat pomidorowy, 30%

Ryż z musem jabłkowym
Składniki: jabłko, ryż biały, woda, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Pizza z serem, szynką i czerwoną papryką
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, papryka czerwona, ser gouda tłusty (z **mleka**), przecier pomidorowy, woda, drożdże piekarskie, prasowane, olej rzepakowy, cukier, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek

Gruszka
Woda

26.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
SEREK ŁACIATY (z mleka)
Szynka rydzyńska (mleko, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)
Pomidor
Ogórek
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Obiad

Barszcz czerwony
Składniki: woda, burak, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cytryna, majeranek, sok buraczany "barszczyk czerwony", pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)
Pieczony kotlet mielony z szynki wieprzowej
Składniki: wieprzowina szynka surowa, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** wrocławskie (z **mleka**), bułka tarta (**pszenica**), cebula, olej rzepakowy

Ziemniaki
Buraczki
Składniki: burak

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Muffinki marchewkowe
Składniki: marchew, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), płatki **owsiane**, mąka **owsiana** pełnoziarnista, cukier trzcinowy, cynamon, soda oczyszczona

Mandarynki
Woda

27.11.2026 Piątek

Śniadanie

Bułka pszenna
Składniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (z **mleka**)

Masło ekstra (z mleka)
Dżem truskawkowy, niskosłodzony
Miód pszczeli
Herbata malinowa, bez cukru
Składniki: woda, herbata malinowa

Obiad

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

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)
Rolada z dorsza ze szpinakiem
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), **jaja** kurze całe, szpinak, mrożony, bułka tarta (**pszenica**), cebula, tymianek, pieprz cytrynowy, sól biała, olej rzepakowy

Ziemniaki
Marchewka z groszkiem na parze
Składniki: marchew z groszkiem, mrożona

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

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

Winogrona
Woda