Intendentpro

Jadłospis PAŹDZIERNIK 26-30.10.2026

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

26.10.2026 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
Papryka czerwona
Mleko krowie, 2% tłuszczu
Mieszanka studencka (orzechy)

Obiad

Kapuśniak z kiszonej i świeżej kapusty
Składniki: woda, marchew, ziemniaki, kapusta kiszona, kapusta biała, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, natka pietruszki, koperek, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Racuchy z jabłkami
Składniki: jabłko, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, soda oczyszczona

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

Podwieczorek

Kasza manna (pszenica)
Sos truskawkowy na jogurcie
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki, mrożone, miód pszczeli

Woda

27.10.2026 Wtorek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb pełnoziarnisty z żyta
Masło ekstra (z mleka)
Ser twarogowy chudy (z mleka)
POLĘDWICA RYDZYŃSKA (soja, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)
Sałata lodowa
Rzodkiewka
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)
Miód pszczeli
Musli z owocami suszonymi (pszenica, żyto, jęczmień, owies)
Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Obiad

Krem z pora
Składniki: woda, por, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, cebula, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym
Składniki: wieprzowina łopatka, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, śmietana 18% (z **mleka**)

Zapiekanka makaronowa
Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny, olej rzepakowy, natka pietruszki, czosnek, papryka czerwona, szynka wykwintna (**soja**, **mleko**, **seler**, **gorczyca**, **dwutlenek siarki/ siarczyny**), ser żółty włoszczowski (z **mleka**)

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

Jabłko
Banan
Śliwki
Woda
Chrupki kukurydziane
Mieszanka studencka (orzechy)

28.10.2026 Środa

Śniadanie

Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
FILET MASLANY Z INDYKA (soja, seler, gorczyca)
Pasta jajeczna
Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), musztarda (**gorczyca**), sól biała, pieprz

Pomidorki koktajlowe
Papryka czerwona
Herbata z cytryną
Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

Chleb pszenny

Obiad

Zupa z fasolki szparagowej
Składniki: woda, fasolka szparagowa, mrożona, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Łazanki z kapustą kiszoną i kiełbasą
Składniki: kapusta kiszona, makaron **pszenny** bezjajeczny, cebula, kiełbasa śląska, pieczarki świeże, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski

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

Podwieczorek

CIASTO Z DYNII
Składniki: dynia, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, cukier, **jaja** kurze całe, kisiel w proszku, soda oczyszczona, proszek do pieczenia (**pszenica**)

Jabłko
Woda

29.10.2026 Czwartek

Śniadanie

Chleb pszenny
Chleb żytni razowy
Masło ekstra (z mleka)
SEREK ŁACIATY (z mleka)
SZYNKA RYDZYŃSKA AGRORYDZYNA (pszenica, mleko, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/ siarczyny)
Pomidor
Ogórek
Rzodkiewka
Owsianka na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Herbata miętowa, bez cukru
Składniki: woda, herbata miętowa

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)
Podudzie z kurczaka ze skórą
Ziemniaki
Surówka z białej kapusty
Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jaja**, **gorczyca**), koperek

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

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkami i nasionami chia
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki, mrożone, cukier, chia, nasiona (szałwia hiszpańska)

Woda
Truskawki, mrożone

30.10.2026 Piątek

Śniadanie

Bułka pszenna
Składniki:
Masło ekstra (z mleka)
SER ŻÓŁTY WŁOSZCZOWSKI (z mleka)
Kiełbasa żywiecka
Dżem truskawkowy, niskosłodzony
Sałata
Pomidorki koktajlowe
Papryka czerwona
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Obiad

Zupa brokułowa
Składniki: woda, brokuły, mrożone, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

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

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

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

Podwieczorek

RWANY CHLEBEK CZOSNKOWO-ZIOŁOWY
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, drożdże piekarskie, prasowane, masło ekstra (z **mleka**), bazylia suszona, oregano suszone, rozmaryn suszony, czosnek, natka pietruszki, olej rzepakowy, sól biała, cukier

Mandarynki
Woda