Intendentpro

Jadłospis Listopad 1/4

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

02.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)
Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)
Masło ekstra (z mleka)
Serek kanapkowy (z mleka)
Pasztet sojowy
Miks warzyw
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Krem z groszku na wywarze warzywnym
Składniki: woda, groszek zielony, mrożony, cebula, marchew, śmietanka 30% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, olej rzepakowy, cytryna, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Kluski leniwe z masłem
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), cukier, sól biała
Surówka z marchewki i jabłka
Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy
Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko, cukier

Podwieczorek

Tosty z żółtym serem
Składniki: chleb tostowo-maślany (**pszenica**, **mleko**), papryka czerwona, ser edamski tłusty (z **mleka**), pomidor

03.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)
Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)
Masło ekstra (z mleka)
Miks warzyw
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor
FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)
Serek kanapkowy (z mleka)
Rzodkiewka
Sałata
Kawa zbożowa na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), miód pszczeli

Obiad

Zupa ogórkowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Podudzie z kurczaka pieczone w piecu
Składniki: podudzie z kurczaka ze skórą, olej rzepakowy, zioła prowansalskie, przyprawa ziołowo- warzywna (**pszenica**)
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką
Składniki: kapusta pekińska, jabłko, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, majonez (**jaja**, **gorczyca**), cukier, sól biała, pieprz
Woda z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Chrupki kukurydziane
Owocowe miseczki
Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka
Orzechy włoskie

04.11.2026 Środa

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)
Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)
Masło ekstra (z mleka)
Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem
Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym (**ryba**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), sól biała, pieprz, sok ze świeżej cytryny
Miks warzyw
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Rosół drobiowy z lanymi kluskami
Składniki: woda, marchew, **jaja** kurze całe, **seler** korzeniowy, por, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Ryż po meksykańsku z fasolą i kukurydzą
Składniki: ryż biały, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, kukurydza, mrożona, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy, passata pomidorowa, sól o obn. zaw. sodu, pieprz
Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko, cukier

Podwieczorek

Jabłko pod kruszonką
Składniki: jabłko, mąka **pszenna**, typ 500, masło ekstra (z **mleka**), cukier, cynamon
Orzechy nerkowca

05.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)
Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)
Masło ekstra (z mleka)
Polędwica sopocka
Miks warzyw
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym
Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, kapusta biała, śmietana 18% (z **mleka**), fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy
Makaron penne z kurczakiem w sosie szpinakowo-śmietanowym
Składniki: szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), ser mascarpone (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, gałka muszkatołowa
Woda z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Muffinki czekoladowe z orzechami
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, cukier, **jaja** kurze całe, **orzechy włoskie**, cukier z prawdziwą wanilią, kakao 16%, proszek, proszek do pieczenia (**pszenica**)
Owocowe talerzyki
Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

06.11.2026 Piątek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jaja, mleko, orzechy, sezam)
Bułka żytnia (pszenica, jęczmień, owies, orkisz, jaja, soja, mleko, orzechy, gorczyca, sezam)
Masło ekstra (z mleka)
Pasta z czerwonej soczewicy
Składniki: soczewica czerwona, nasiona suche, czosnek, oliwa, cebula, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie
Bawarka
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, herbata czarna
Miks warzyw
Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor
Ser edamski tłusty (z mleka)

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, koperek, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Kasza pęczak na sypko
Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, pęczak, masło ekstra (z **mleka**), sól biała
Miruna na parze
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz
Marchewka mini z wody w masłem
Składniki: mini marchewki, masło ekstra (z **mleka**)
Woda z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Jogurt naturalny z truskawkami
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), truskawki
Biszkopty San Petitki (pszenica, jaja)