Intendentpro

Jadłospis Listopad 2/4

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

09.11.2026 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)

Paprykarz z kaszą jaglaną (soja, seler, gorczyca)

Ser edamski tłusty (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kawa zbożowa na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), miód pszczeli

Obiad

Zupa z brukselką na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, brukselka, mrożona, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski

Ryż z jabłkami, jogurtem greckim i cynamonem

Składniki: jabłko, jogurt grecki (z **mleka**), ryż biały, woda, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, cukier, olej rzepakowy, cynamon

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Chlebek rwany ziołowy

Składniki: mąka **pszenna**, typ 500, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, drożdże piekarskie, prasowane, natka pietruszki, koperek, sól o obn. zaw. sodu, cukier

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

10.11.2026 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)

Szynkówka wieprzowa

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Sałata

Kakao

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

Obiad

Zupa kukurydziana z popcornem

Składniki: kukurydza, mrożona, ziemniaki, marchew, cebula, olej rzepakowy, kukurydza, ziarno, sól o obn. zaw. sodu

Kasza pęczak na sypko

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, pęczak, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Schab pieczony

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy

Sos musztardowy

Składniki: woda, musztarda (**gorczyca**), śmietana 18% (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, cebula, masło ekstra (z **mleka**), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kapusta włoska, natka pietruszki, czosnek, sól biała, pieprz, podgrzybki suszone, liść laurowy, ziele angielskie

Surówka z białej kapusty Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jaja**, **gorczyca**), koperek

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko

Cukier

Podwieczorek

Rogaliki drożdżowe z powidłami

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**), **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, **jaja** kurze całe, drożdże piekarskie, prasowane, powidła śliwkowe

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

11.11.2026 Środa

Dzień wolny

12.11.2026 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)

Twarożek z rzodkiewką

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Kakao

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

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Spaghetti bolognese

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Kompot jabłkowy

Składniki: woda, jabłko, cukier

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Podwieczorek

Koktajl truskawkowy na maślance

Składniki: maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu (z **mleka**), truskawki, mrożone

Herbatniki (pszenica, mleko)

13.11.2026 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 jajeczna ze szczypiorkiem

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Bawarka

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, 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, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki gotowane

Składniki: ziemniaki, sól biała

Paluszki rybne pieczone

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól o obn. zaw. sodu, pieprz

Surówka z selera i jabłka ze śmietaną

Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, śmietana 18% (z **mleka**), rodzynki, suszone

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Deser a'la monte

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), **orzechy włoskie**, miód pszczeli, kakao 16%, proszek

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Orzechy włoskie