

Intendentpro Jadłospis 13.04.-17.04.2026

📅 13.04.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Serek śmietankowy (z mleka)

SZYNKA WYKWINTNA (soja, seler, gorczyca, dwutlenek siarki/siarczyny)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kakao

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

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem

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

Naleśniki z serem (pszenica, jajka, mleko)

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Rzodkiewka

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza

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, śliwki, pomarańcza, gruszka

📅 14.04.2026 Wtorek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Obiad

Frytki warzywne pieczone

Składniki: ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, rozmaryn suszony

Naleśniki z serem (pszenica, jajka, mleko)

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Rzodkiewka

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza

Podwieczorek

Bułeczki drożdżowe z nadzieniem serowym (pszenica, mleko)

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

📅 15.04.2026 Środa

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Owsianka na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Jabłko

Banan

Herbata owocowa

Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Obiad

Krem z dyni

Składniki: dynia, ziemniaki, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, pomidory w puszcze krojone, cebula, masło ekstra (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony

Grzanki do zupy

Składniki: chleb **pszenny**, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Ryż biały

Filet z kurczaka grillowany

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, sól o obn. zaw. sodu

Surówka z białej kapusty Colesław

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

Podwieczorek

Muffinki czekoladowe z orzechami

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier, **orzechy włoskie**, cukier z prawdziwą wanilią, kakao 16%, proszek, proszek do pieczenia (**pszenica**)

Owocowe miseczki

Składniki: banan, jabłko, mandarynki, pomarańcza, gruszka

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

📅 16.04.2026 Czwartek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

PASTA Z KURCZAKA Z WARZYWAMI

Składniki: udo z kurczaka, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, sól biała, pieprz

Ser gouda tłusty (z mleka)

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Obiad

Zupa grochowa z ziemniakami

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

Kasza jęczmienna, wiejska

Klopsiki wieprzowe w sosie majerankowym

Składniki: wieprzowina łopatka, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (**seler**), cebula, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, sól biała, pieprz

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

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, jajka)

Daktyle suszone

📅 17.04.2026 Piątek

Śniadanie

Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam)

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Pasta z fasoli czerwonej

Składniki: fasolka flageolet, konserwowa, cebula, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, papryka ostra

Twarożek z rzodkiewką

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

Bawarka

Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Daktyle suszone

Obiad

Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, ziemniaki, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Grzanki do zupy

Składniki: chleb **pszenny**, olej rzepakowy, zioła prowansalskie

Ziemniaki

Filet z miruny panierowany pieczony w piecu

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy

Surówka z kapusty kiszzonej z marchewką

Składniki: kapusta kiszzona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Woda z pomarańczą

Składniki: woda, pomarańcza

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

Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu

Banan