

Intendent pro		Jadłospis Jadłospis		Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie .							
26.01.2026 Poniedziałek Śniadanie Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam) Chleb żytni Vitason Masło ekstra (z mleka) Twarożek z rzodkiewką na jogurcie Składniki: ser twarogowy półtłusty (z mleka), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), rzodkiewka Kakao Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier Ogórek Pomidor Papryka czerwona		27.01.2026 Wtorek Śniadanie Pasta z awokado Składniki: awokado, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka), sok cytrynowy 100%, sól biała Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam) Chleb żytni Vitason Masło ekstra (z mleka) Ogórek Pomidor Papryka czerwona Kakao Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko) Obiad Zupa kalafiorowa Składniki: woda, marchew, ziemniaki, kalafior, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, śmietana 12% (z mleka), por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Ziemniaki pieczone w piecu konwekcyjnym Składniki: ziemniaki, olej rzepakowy, zioła prowansalskie, sól o obn. zaw. sodu Filet z kurczaka grillowany Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, sól o obn. zaw. sodu Bukiet warzyw kwiatowy, mrożony Woda z cytryną Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli Grzanki do zupy Składniki: chleb pszenny, olej rzepakowy, zioła prowansalskie		28.01.2026 Środa Śniadanie Pieczeń rzymska drobiowa Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułki pszenne zwykłe, olej rzepakowy, jaja kurze całe, cebula Chleb żytni Vitason Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam) Masło ekstra (z mleka) Ogórek Pomidor Papryka czerwona Kawa zbożowa z mlekiem Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa (żyto, jęczmień) Obiad Zupa pieczarkowa z ziemniakami i kaszą jaglaną Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 12% (z mleka), kasza jaglana, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie 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 Składniki: woda, cytryna		29.01.2026 Czwartek Śniadanie Bułka wrocławska (żyto, jęczmień, owies, orkisz, jajka, mleko, orzechy, sezam) Chleb żytni Vitason Masło ekstra (z mleka) Pomidor Papryka czerwona Szynka wieprzowa, gotowana Kakao Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier Ogórek Obiad Zupa ogórkowa Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, por, seler korzeniowy, śmietana 18% (z mleka), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie Spaghetti bolognese Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron pszenny bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula Woda z cytryną Składniki: woda, cytryna		30.01.2026 Piątek Śniadanie Bułki i rogałe pszenne maślane Chleb żytni Vitason Pasta śródziemnomorska Składniki: serek śmietankowy (z mleka), pomidory suszone w oleju, cebula, bazylia suszona, koncentrat pomidorowy, 30%, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, czosnek suszony, natka pietruszki, cukier Kawa zbożowa na mleku Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (żyto, jęczmień) Obiad Zupa grochowa z ziemniakami Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kielbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony Surówka z kapusty kiszonej z marchewką Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier Filet z miruny panierowany pieczony w piecu Składniki: miruna świeża, filety bez skóry, jaja kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, typ 450 Woda z cytryną Składniki: woda, cytryna Kasza jęczmienna na sypko Składniki: woda, kasza jęczmienna, perłowa, sól biała		Dzień wolny Dzień wolny	

Podwieczorek

Serek a'la
homogenizowany -wyrób
własny

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), miód pszczeli, kakao 16%, proszek

Herbatniki (**pszenica**,
mleko)

Banan
Mandarynki
Śliwki
Jabłko

Podwieczorek

Babka cytrynowa z
lukrem

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, cukier, cukier puder, proszek do pieczenia (**pszenica**)

Śliwki
Banan
Mandarynki
Jabłko

Podwieczorek

Wafle ryżowe
Banan
Jabłko
Gruszka
Jogurt naturalny, 2%
tłuszczu (z **mleka**)
Kakao 16%, proszek
Miód pszczeli

Podwieczorek

Pudding z kaszy manny z
musem jabłkowo-
dyniowym

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, dynia, **jaja** kurze całe, kasza manna (**pszenica**), miód pszczeli, cukier

Podwieczorek

Rogaliki drożdżowe z
powidłami

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

Jabłko