

Intendent**pro**

Jadłospis JADŁOSPIS

📅 **27.04.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

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

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Pasta z tuńczyka ze szczypiorkiem

Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym, majonez (**jajka, gorczyca**), szczypiorek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), sól biała, pieprz, sok ze świeżej cytryny

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kawa zbożowa z mlekiem

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

Obiad

Krem z gruszki i pietruszki na wywarze warzywnym

Składniki: woda, gruszka, pietruszka, korzeń, ziemniaki, marchew, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**) , olej rzepakowy, dynia, pestki, łuskane, cytryna, cynamon, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Pancakes pieczone w piecu

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, **jaja** kurze całe, cukier, olej rzepakowy, soda oczyszczona, proszek do pieczenia (**pszenica**), sól o obn. zaw. sodu

Nutella własnego wyrobu

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

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Marchewka słupki

Składniki: marchew

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Pizza z szynką i serem mozzarella

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, ser mozzarella (z **mleka**), przecier pomidorowy, woda, drożdże piekarskie, prasowane, cukier, olej rzepakowy, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek

📅 **28.04.2026** **Wtorek**

Śniadanie

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

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Kiełbaski leszczyńskie (gorczyca)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Kakao

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

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

Leczo z indyka z cukinią

Składniki: woda, mięso z piersi indyka, bez skóry, cukinia, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, zioła prowansalskie

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Jabłko pod kruszonką

Składniki: jabłko, mąka **pszenna**, typ 500, masło ekstra (z **mleka**), cukier, cynamon

Mleko krowie UHT, 2 % tłuszczu

Kalarepa słupki

Składniki: kalarepa

Rzodkiewka

📅 **29.04.2026** **Środa**

Śniadanie

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

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Bawarka

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

Twarożek z rzodkiewką

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

Obiad

Zupa porowa z klopsikami z szynki wiełprzowej

Składniki: ziemniaki, mięso mielone wieprzowe z szynki, por, marchew, serek śmietankowy (z **mleka**), **jaja** kurze całe, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy

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

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Mini serniczki na herbatniku

Składniki: twaróg sernikowy (z **mleka**), ser mascarpone (z **mleka**), herbatniki (**pszenica, mleko**), **jaja** kurze całe, cukier, budyń o smaku śmietankowym w proszku (p. bezglutenowy)

Owocowe talerzyki

Składniki: banan, jabłko, gruszka, śliwki, kiwi

Arbuz

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

📅 **30.04.2026** **Czwartek**

Śniadanie

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

Bułka żytnia

Masło ekstra (z mleka)

Miks warzyw

Składniki: ogórek, papryka czerwona, pomidor

Granola (wyrób własny)

Składniki: **orzechy włoskie**, rodzynki, suszone, słonecznik, nasiona, płatki **owsiane**, miód pszczeli, olej rzepakowy, cynamon, sól biała

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z mleka)

Herbata miętowa

Obiad

Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza jaglana, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki

Kotlet schabowy pieczony w piecu

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy

Mizeria z jogurtem naturalnym

Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Woda z cytryną i miodem

Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Koktajl bananowy na maślance

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

Orzechy włoskie

Biszkopty San Petitki (pszenica, jajka)

Dzień wolny