Intendentpro

Jadłospis Grudzień 1/4

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

30.11.2026 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)
Ogórek
Pomidor
Papryka czerwona
Pasta jajeczna
Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), natka pietruszki, sól biała, pieprz
Kawa zbożowa na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kawa zbożowa (**żyto**, **jęczmień**), miód pszczeli

Obiad

Krem z dyni z pestkami słonecznika na wywarze warzywnym
Składniki: dynia, ziemniaki, woda, passata pomidorowa, cebula, słonecznik, nasiona, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, kurkuma, imbir suszony mielony
Makaron pełnoziarnisty w sosie brokułowym
Składniki: makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), brokuły, śmietanka 30% (z **mleka**), cebula, olej rzepakowy, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), natka pietruszki, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa
Kiwi
Śliwki
Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko

Podwieczorek

Wafle ryżowe naturalne (p. bezglutenowy)
Jabłko
Gruszka
Orzechy nerkowca

01.12.2026 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)
Kiełbasa krakowska, sucha
Ogórek
Pomidor
Papryka czerwona
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami i kaszą jaglaną
Składniki: woda, ziemniaki, pieczarki świeże, marchew, śmietana 12% (z **mleka**), pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, udo z kurczaka, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
Pierogi ruskie
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, ziemniaki, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cebula, masło ekstra (z **mleka**), **jaja** kurze całe, sól biała
Marchewka słupki
Składniki: marchew
Kalarepa słupki
Składniki: kalarepa
Woda z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

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
Banan
Gruszka
Żurawina suszona

02.12.2026 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)
Ogórek
Pomidor
Papryka czerwona
Kasza manna na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)
Herbata owocowa
Składniki: woda, miód pszczeli, herbata owocowa

Obiad

Zupa fasolowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, fasola biała, nasiona suche, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, kmin rzymski, sól biała
Gulasz drobiowy
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, woda, marchew, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, cebula, pietruszka, korzeń, mąka **pszenna**, typ 450, **seler** korzeniowy, por, papryka słodka, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, sól biała
Ryż biały
Fasolka szparagowa z masłem i bułką tartą
Składniki: fasolka szparagowa, mrożona, bułka tarta (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)
Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko, cukier

Podwieczorek

Serek a'la homogenizowany -wyrób własny
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), miód pszczeli, kakao 16%, proszek
Mandarynki
Jabłko
Orzechy włoskie

03.12.2026 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)
FILET MAŚLANY Z INDYKA (soja, mleko)
Pasta z awokado
Składniki: awokado, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), sok cytrynowy 100%, sól biała
Ogórek
Pomidor
Papryka czerwona
Kakao
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, miód pszczeli

Obiad

Zupa owocowa z makaronem
Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, makaron bezjajeczny z semoliny (**pszenica**), skrobia ziemniaczana, cukier
Kasza jęczmienna, wiejska
Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym
Składniki: wieprzowina łopatka, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy
Surówka Colesław
Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (**jaja**, **gorczyca**), śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, cukier, sól biała, pieprz
Woda z cytryną i miodem
Składniki: woda, cytryna, miód pszczeli

Podwieczorek

Jogurt grecki z miodem i gruszką
Składniki: jogurt grecki (z **mleka**), gruszka, miód pszczeli

04.12.2026 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 fasoli czerwonej
Składniki: fasolka flageolet, konserwowa, cebula, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, papryka ostra
Ogórek
Pomidor
Papryka czerwona
Rzodkiewka
Bawarka
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, miód pszczeli, herbata czarna

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
Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała
Filet z miruny panierowany pieczony w piecu
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450
Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier
Kompot jabłkowy
Składniki: woda, jabłko, cukier

Podwieczorek

Biszkopt z galaretką
Składniki: woda, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, galaretka truskawkowa, w proszku, cukier
Mleko krowie, 2% tłuszczu
Jabłka suszone