Intendentpro

Jadłospis 02.11.-06.11.

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

02.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Kanapka z masłem i powidłami śliwkowymi
Składniki: chleb **pszenny** (mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier), powidła śliwkowe (śliwki węgierki, cukier), masło ekstra (z **mleka**)

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Kalarepa

Orzechy nerkowca

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ryż z bananem
Składniki: banan, ryż biały, jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii)

Podwieczorek

Kanapka z serkiem śmietankowym
Składniki: chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), serek śmietankowy (z **mleka**) (serek śmietankowy, sól)

Szynka wiejska

Roszponka

Ogórek kiszony

Herbata z cytryną
Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

03.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Twarożek na słodko
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), śmietana 18% (z **mleka**), miód pszczeli

Rodzynki, suszone

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki (mąka pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), masło ekstra (z **mleka**)

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

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem
Składniki: woda, passata pomidorowa (przecier pomidorowy, sól), marchew, ryż biały, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, cebula, śmietana 18% (z **mleka**), por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Łazanki z kapustą kiszoną
Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), olej rzepakowy, cebula, śliwki bez pestek, suszone, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, sól biała

Sok jabłkowy 100%

Podwieczorek

Maślanka spożywcza, 0,5 % tłuszczu (z mleka)

Szpinak

Truskawki

Chrupki kukurydziane
Składniki: mąka kukurydziana, woda

Siemię lniane

04.11.2026 Środa

Śniadanie

Płatki owsiane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Bułka grahamka z szynką z indyka i sałatą
Składniki: bułki **pszenne** grahamki (mąka pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Pomidor

Kaki

Obiad

Krupnik z kaszą jęczmienną na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Frytki warzywne pieczone
Składniki: ziemniaki, olej rzepakowy, rozmaryn suszony

Dorsz pieczony
Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cytryna, sól biała, pieprz

Surówka z marchewki i jabłka
Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Podwieczorek

Bułka z serem na ciepło
Składniki: bułka grahamka (**pszenica**, **żyto**), ser królewski (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), keczup (pomidory, cukier, ocet, sól, aromaty naturalne)

Winogrona

05.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni** (mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, naturalny wysuszony zakwas **żytni**, sól), masło ekstra (z **mleka**)

Jaja kurze całe

Ogórek kiszony

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

Gruszka

Obiad

Rosół drobiowo- wołowy z makaronem
Składniki: woda, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), wołowina szponder, marchew, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki

Mizeria z jogurtem naturalnym
Składniki: ogórek, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii)

Wołowina szponder

Podwieczorek

Mus warzywno-owocowy

Herbatniki (pszenica, mleko)

06.11.2026 Piątek

Śniadanie

Bułka pszenna z serem i sałatą
Składniki: bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), ser gouda tłusty (**mleko**, sól, kultury bakterii, barwnik: annato), masło ekstra (z **mleka**), sałata

Pomidorki koktajlowe

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

Jabłko

Obiad

Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, soczewica czerwona, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, por, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone

Placuszki na kefirze
Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 500, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier, soda oczyszczona

Śmietana 18% (z mleka)

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe (pszenica, mleko)

Sok marchwiowo-jabłkowy 100%