Intendentpro

Dzień wolny

Jadłospis 01-04

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

01.09.2026 Wtorek

Śniadanie

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

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)

Ser gouda tłusty (z mleka)

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, cząber suszony

Makaron z truskawkami i serem
Składniki: truskawki, mrożone, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, cukier

Marchewka słupki
Składniki: marchew

Woda z miętą
Składniki: woda, mięta

Podwieczorek

Kanapka z masłem
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**)

Kiełbasa krakowska, sucha

Ogórek

Arbuz

Herbata z melisy
Składniki: woda, herbata z melisy

02.09.2026 Środa

Śniadanie

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

Kanapka z serkiem śmietankowym
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, serek śmietankowy (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Ogórek małosolny

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

Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Pieczony filet z piersi kurczaka
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz

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

Kompot śliwkowo- jabłkowy
Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Chałka
Składniki: chałki **pszenne** (**jaja**)

Banan

Orzechy nerkowca

Lemoniada

03.09.2026 Czwartek

Śniadanie

Kasza manna na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**)

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)

Kabanosy

Papryka czerwona

Obiad

Zupa ogórkowa
Składniki: woda, ogórek kiszony, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, śmietana 18% (z **mleka**), por, 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 pomarańczą
Składniki: woda, pomarańcza

Podwieczorek

Jogurt naturalny z borówkami
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), borówki

Herbatniki (pszenica, mleko)

04.09.2026 Piątek

Śniadanie

Mleko krowie, 2% tłuszczu

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra (z **mleka**)

Polędwica sopocka

Kalarepa

Pomidor

Obiad

Zupa owocowa z makaronem
Składniki: truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, makaron **pszenny** bezjajeczny, jagody mrożone, cukier

Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Filet z miruny panierowany pieczony
Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry (**ryba**), **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), mąka **pszenna**, typ 450

Surówka z kapusty włoskiej z koperkiem i jogurtem
Składniki: kapusta włoska, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), koperek

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Podwieczorek

Baton amarantusowy (p. bezglutenowy)

Sok wieloowocowy 100%
Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

Jabłko