Intendentpro

Jadłospis 2-6.11

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

02.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

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

Bułka z masłem i pomidorem
Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Szynka wiejska

Rukola

Jabłko

Obiad

Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, kapusta kiszona, marchew, wieprzowina boczek bez kości, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kurczak, tuszka, cebula, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Kluski leniwe z masłem
Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), cukier, sól biała

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

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

Podwieczorek

Kanapka z pieczywa graham z pastą makreli
Składniki: chleb **pszenny** graham, **makrela** wędzona (**ryba**), cebula, masło ekstra (z **mleka**), majonez (**jaja**, **gorczyca**)

Ogórek

Mieszanka studencka (orzechy)

03.11.2026 Wtorek

Śniadanie

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

Bułka paryska (angielka) (pszenica)

Masło ekstra (z mleka)

Serek twarogowy, homogenizowany, waniliowy (z mleka)

Banan

Obiad

Zupa ogórkowa
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, 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%, cebula, olej rzepakowy

Kompot śliwkowo- jabłkowy
Składniki: woda, śliwki, cukier

Ananas

Podwieczorek

Jogurt naturalny z miodem i malinami
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, miód pszczeli

Chia, nasiona (szałwia hiszpańska)

Ciasteczka owsiane

04.11.2026 Środa

Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny

Bułka pszenna z masłem
Składniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (z **mleka**)

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

Masło orzechowe 100%

Melon

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

Makaron z sosem szpinakowym
Składniki: szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny, śmietana 18% (z **mleka**), ser typu "feta" (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), czosnek, sól biała, pieprz

Ogórek kiszony

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Mus owocowy

Podwieczorek

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

Pasta jajeczna ze szczypiorkiem
Składniki: **jaja** kurze całe, majonez (**jaja**, **gorczyca**), szczypiorek

Awokado

Pomidor

05.11.2026 Czwartek

Śniadanie

Mleko krowie, 2% tłuszczu

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

Kiełbasa żywiecka

Pomidorki koktajlowe

Kalarepa

Obiad

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

Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Filet z kurczaka panierowany smażony
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

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

Woda z pomarańczą
Składniki: woda, pomarańcza

Podwieczorek

Kisiel z owoców leśnych własnego wyrobu
Składniki: woda, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, czarne jagody, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Bułka maślana (pszenica, jaja)

06.11.2026 Piątek

Śniadanie

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

Kanapka z szynką z kurczaka i papryką
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, papryka czerwona, szynka z piersi kurczaka, masło ekstra (z **mleka**)

Migdały

Pomidorki koktajlowe

Roszponka

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

Paluszki rybne pieczone
Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**)

Sałata lodowa z pomidorem ogórkiem i serem feta
Składniki: sałata, pomidor, ogórek, ser typu "feta" (z **mleka**)

Kompot śliwkowo- jabłkowy
Składniki: woda, śliwki, cukier

Podwieczorek

Baton amarantusowy (p. bezglutenowy)

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

Pomarańcza