Intendentpro

Jadłospis 02-06.11.2026 r.

02.11.2026 Poniedziałek

Zupa jarzynowa z ziemniakami na wywarze roślinnym 350ml
Składniki: ziemniaki, mieszanka warzywna 7 składników (marchew, kalafior, fasola szparagowa, brokuł, kapusta biała 10%, por, **seler**), marchew z groszkiem mroż. (marchew, groszek zielony), soczewica czerwona, nasiona suche, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, masło ekstra (z **mleka**), woda

Kasza manna na mleku 120g
Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kasza manna (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**)

Żelka wiśniowa 80ml
Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier, skrobia ziemniaczana

Energia: 517 kcal

03.11.2026 Wtorek

Fasolka po bretońsku 350g
Składniki: woda, włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchew, **seler**, pietruszka, por), fasola biała, nasiona suche, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, keczup (pomidory, cukier, ocet, sól, aromaty naturalne), olej rzepakowy, sól biała, majeranek, papryka słodka, kmin rzymski, cząber suszony, papryka wędzona, lubczyk suszony, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni 70 g
Składniki: mąka **pszenna**, woda, mąka **żytnia**, drożdże, sól

Sok jabłkowy 100 % z wodą 200ml
Składniki: sok jabłkowy 100%, woda

Energia: 598 kcal

04.11.2026 Środa

Gyros z kurczaka 100g
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, cebula, olej rzepakowy, czosnek, sól biała

Ziemniaki z masełkiem 180g
Składniki: ziemniaki, masło śmietankowe (z **mleka**), **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu

Sałata z pomidorem 100g
Składniki: pomidorki koktajlowe, sałata lodowa, olej rzepakowy

Sok jabłko- truskawka 100 % z wodą 200ml
Składniki: sok jabłko- truskawka 100 % (80% sok jabłkowy, 20 % sok truskawkowy), woda

Energia: 572 kcal

05.11.2026 Czwartek

Gulasz z szynki 200g
Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, mąka **pszenna**, typ 500, olej rzepakowy

Kasza pęczak ugotowana 180g
Składniki: kasza **jęczmienna**, pęczak, woda

Surówka z buraczków z cebulką 100g
Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Sok jabłko- pomarańcza 100 % z wodą 200ml
Składniki: woda, sok jabłko - pomarańcza 100%

Energia: 576 kcal

06.11.2026 Piątek

Kotlet mielony z miruny panierowany 100g
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), olej rzepakowy, cebula, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe

Ziemniaki z masełkiem 180g
Składniki: ziemniaki, masło śmietankowe (z **mleka**), **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu

Surówka z kapusty kiszonej 100g
Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), cebula, olej rzepakowy, cukier, sól biała, pieprz

Kompot owocowy 200ml
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 642 kcal

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