Intendentpro

Jadłospis 16-20.11.2026

16.11.2026 Poniedziałek

Zupa pomidorowa z ryżem na wywarze warzywnym 350ml
Składniki: włoszczyzna krojona w paski, mrożona (marchew, **seler**, pietruszka, por), ryż biały, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%

Naleśniki mieszane z twarogiem na słodko 120g
Składniki: **mleko** krowie, 3,5% tłuszczu, twaróg sernikowy (z **mleka**) (serek śmietankowy, twaróg), mąka **pszenna**, typ 450, mąka **pszenna**, typ 1850, marmolada wieloowocowa., olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, mąka **orkiszowa** (**pszenica**), cukier

Energia: 557 kcal

17.11.2026 Wtorek

Leczo warzywne 250g
Składniki: mieszanka leczo mrożona (pomidor, cukinia, cebula, papryka), cukinia, mrożona, pieczarki mrożone plastry, soczewica zielona, nasiona suche, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, ciecierzyca, nasiona suche, czosnek

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

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

Energia: 586 kcal

18.11.2026 Środa

Kotlet z piersi z kurczaka panierowany 130g
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

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

Sałata lodowa z jogurtem greckim 80g
Składniki: sałata, jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii)

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

Energia: 701 kcal

19.11.2026 Czwartek

Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 135g
Składniki: wieprzowina szynka surowa, cebula, mąka **pszenna** typ 500, z witaminami, olej rzepakowy

Kasza jęczmienna, perłowa 150g
Składniki: kasza **jęczmienna**, perłowa, woda

Surówka z marchewki i jabłka 100g
Składniki: marchew, jabłko, jogurt grecki (**mleko**, żywe kultury barterii)

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

Energia: 469 kcal

20.11.2026 Piątek

Filet z miruny smażony 100g
Składniki: filet z **miruny** mrożonej (**ryba**), olej rzepakowy, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), mąka **pszenna**, typ 1850

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

Surówka z kapusty pekińskiej 100g
Składniki: kapusta pekińska, marchew, rzodkiewka, koperek, oliwa

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

Energia: 605 kcal

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