Intendentpro

Jadłospis 16-27.11.2026r Jadłospis może ulec zmianie

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

16.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą
Składniki: chleb **żytni** razowy, szynka parzona, masło ekstra (z **mleka**), sałata

Kanapka z serem i papryką
Składniki: chleb **żytni** razowy, papryka czerwona, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owocowa
Składniki: woda, miód pszczeli, herbata owocowa

Ogórek słupki
Składniki: ogórek

Obiad

Zupa gulaszowa
Składniki: woda, ziemniaki, wieprzowina łopatka, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, papryka czerwona, przecier pomidorowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka

Chleb pszenno-żytni

Kotlet z kurczaka w panierce
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, bułka tarta (**pszenica**), **jaja** kurze całe

Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

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

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Jabłko

Podwieczorek

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

Bułka pszenna z masłem i konfiturą malinową
Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), konfitura malinowa, masło ekstra (z **mleka**)

Marchewka słupki
Składniki: marchew

17.11.2026 Wtorek

Śniadanie

Kanapka z serkiem śmietankowym
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, serek śmietankowy (z **mleka**), pomidor, szczypiorek, ogórek, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owocowa
Składniki: woda, cukier, herbata owocowa

Rzodkiewka

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

Chleb żytni razowy

Roślinny sznycel (jęczmień, jaja, soja, mleko)

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Sałata lodowa z pestkami słonecznika i sosem winegret
Składniki: sałata lodowa, słonecznik, nasiona, musztarda (**gorczyca**), cytryna, miód pszczeli

Woda z cytryną i miętą
Składniki: woda, cytryna, mięta

Pomarańcza

Podwieczorek

Kanapka z masłem, pasztetem i warzywami.
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pasztet drobiowo-wieprzowy (**pszenica**, **soja**, **seler**), papryka czerwona, masło ekstra (z **mleka**), sałata, szczypiorek

Bawarka
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Marchewka słupki
Składniki: marchew

18.11.2026 Środa

Śniadanie

„Stół szwedzki"
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, ogórek, papryka czerwona, kiełbasa krakowska, sucha, rzodkiewka, szczypiorek, sałata, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Ananas

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem
Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Karkówka opiekana w sosie własnym
Składniki: wieprzowina karkówka, woda, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, sól biała, pieprz, papryka słodka

Ziemniaki z koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, sól biała

Surówka z ogórka kiszonego
Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Jabłko

Podwieczorek

Bułeczki drożdżowe z jabłkami (pszenica, mleko)

Bawarka
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu

Marchewka słupki
Składniki: marchew

19.11.2026 Czwartek

Śniadanie

„Stół szwedzki"
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, ogórek, papryka czerwona, polędwica z indyka, ser gouda tłusty (z **mleka**), rzodkiewka, sałata, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek

Herbata czarna
Składniki: woda, herbata czarna, miód pszczeli

Jabłko

Obiad

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami
Składniki: woda, ziemniaki, kapusta biała, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, masło ekstra (z **mleka**), sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Chleb żytni razowy

Naleśniki z serem (pszenica, jaja, mleko)

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Mandarynki

Podwieczorek

Kanapka z dżemem morelowym
Składniki: chleb **żytni** jasny, dżem morelowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

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

Ogórek słupki
Składniki: ogórek

20.11.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapka z szynką z indyka
Składniki: bułki **pszenne** wrocławskie (z **mleka**), szynka z indyka, pomidor, papryka czerwona, ogórek, ser gouda tłusty (z **mleka**), sałata, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, cytryna, herbata czarna

Arbuz

Obiad

Zupa buraczkowa na wywarze warzywnym
Składniki: woda, burak, ziemniaki, marchew, cebula, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Łosoś pieczony
Składniki: **łosoś** świeży (**ryba**), olej rzepakowy

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, cukier

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Banan

Podwieczorek

Jogurt naturalny z malinami
Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), maliny, mrożone, cukier

Wafle ryżowe

Kalarepa

Intendentpro

Jadłospis 16-27.11.2026r Jadłospis może ulec zmianie

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

23.11.2026 Poniedziałek

Śniadanie

Kanapka z serem z ogórkiem kiszonym
Składniki: bułka kukurydziana (**pszenica**), ogórek kiszony, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą
Składniki: bułka kukurydziana (**pszenica**), pomidor, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

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

Marchewka słupki
Składniki: marchew

Obiad

Zupa pieczarkowa z ziemniakami
Składniki: woda, marchew, ziemniaki, pieczarki świeże, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, śmietana 18% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym
Składniki: wieprzowina łopatka, woda, koperek, mąka **pszenna**, typ 450, cebula, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Ogórek kiszony

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Jabłko

Podwieczorek

Zupa mleczna z ryżem
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, ryż biały

Kanapka z dżemem truskawkowym
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, dżem truskawkowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

Marchewka słupki
Składniki: marchew

24.11.2026 Wtorek

Śniadanie

,,Stół szwedzki"
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, ogórek, papryka czerwona, kiełbasa krakowska, sucha, ser gouda tłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek, sałata

Bawarka
Składniki: woda, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, herbata czarna

Ananas

Obiad

Krem z warzyw na wywarze warzywnym
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, śmietanka roślinna 15%, por, cukinia, kalafior, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, brukselka, mrożona, groszek zielony, mrożony, fasolka szparagowa, mrożona, brokuły, mrożone, natka pietruszki, sól biała, pieprz

Chleb pszenno-żytni

Kotlety warzywne
Składniki: marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, brokuły, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułki **pszenne** zwykłe, bułka tarta (**pszenica**), szczypiorek, sól biała, pieprz, oregano suszone, lubczyk suszony

Ziemniaki gotowane
Składniki: ziemniaki, sól biała

Sałata lodowa z pestkami słonecznika i sosem winegret
Składniki: sałata lodowa, słonecznik, nasiona, musztarda (**gorczyca**), cytryna, miód pszczeli

Woda z cytryną i miętą
Składniki: woda, cytryna, mięta

Mandarynki

Podwieczorek

Chałka z serkiem śmietankowym
Składniki: chałki **pszenne** (**jaja**), serek śmietankowy (z **mleka**)

Herbata czarna
Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Marchewka słupki
Składniki: marchew

25.11.2026 Środa

Śniadanie

Kanapka z szynką z indyka
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**)

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

Ogórek słupki
Składniki: ogórek

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

Udko z kurczaka pieczone
Składniki: mięso z ud kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Marchewka mini na parze
Składniki: mini marchewki

Woda z cytryną i miętą
Składniki: woda, cytryna, mięta

Jabłko

Podwieczorek

Paluszki z cynamonem (pszenica, jaja)

Koktajl bananowy na kefirze
Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan

26.11.2026 Czwartek

Śniadanie

,,Stół szwedzki"
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, ogórek, papryka czerwona, kiełbasa krakowska, sucha, ser gouda tłusty (z **mleka**), rzodkiewka, masło ekstra (z **mleka**), szczypiorek, sałata

Herbata rumiankowa
Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

Jabłko

Obiad

Zupa ogórkowa
Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Chleb pełnoziarnisty z żyta

Jajko w sosie jogurtowo-majonezowym
Składniki: **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), majonez (**jaja**, **gorczyca**), groszek zielony, ogórek kiszony, szczypiorek, sól biała, pieprz

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

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

Banan

Podwieczorek

Koktajl bananowy na kefirze
Składniki: kefir, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan

Wafle ryżowe

Papryka słupki
Składniki: papryka czerwona

27.11.2026 Piątek

Śniadanie

Kanapka z jajkiem
Składniki: **jaja** kurze całe, chleb **pszenno-żytni**, ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**)

Kanapka z szynką wieprzową i sałatą
Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, szynka wieprzowa, gotowana, masło ekstra (z **mleka**), sałata

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

Marchewka słupki
Składniki: marchew

Obiad

Zupa z soczewicy na wywarze warzywnym z makaronem
Składniki: woda, pomidory w puszce krojone, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, makaron **pszenny** bezjajeczny, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, papryka słodka, tymianek, oregano suszone

Chleb pszenno-żytni

Stek rybny z ziołami. (skorupiaki, jaja, soja, mleko, seler, gorczyca)

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, koperek, masło ekstra (z **mleka**)

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

Woda z cytryną
Składniki: woda, cytryna

Podwieczorek

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

Kanapka z masłem i pomidorem
Składniki: chleb **pszenny**, pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Kalarepa