

Intendent

pro

Jadłospis

Jadłospis 2-6.06:

02.06.2025

Poniedziałek

Śniadanie

- Chleb pszenny

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier
- Masło ekstra (z mleka)

5 g
- Paszтет drobiowy

20 g

Składniki: mięso z udźca indyka, bez skóry, marchew, cebula, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy
- Rzodkiewka

10 g
- Salata

10 g
- Herbata czarna

200 ml
- Mleko krowie, 1,5 % tłuszczu

180 ml

Śniadanie II

- Kasza manna na mleku

180 g

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu, kasza manna(**pszenica**)
- Obiad
- Zupa jarzynowa

250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kalafior, mięso z ud kurczaka, bez skóry, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, brokuły, mrożone, fasolka szparagowa, mrożona, koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, śmietana 12% (z **mleka**)
- Spaghetti bolognese

180 g

Składniki: makaron **pszenny** bezjajeczny(mąka z **pszenicy** zwyczajnej), wieprzowina łopatką, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, woda, papryka czerwona, cebula

Podwieczorek

- Biszkopty lady fingers

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, cukier, pasteryzowana masa jajowa, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia **pszenna**, emulgatory: e471, glukoza, substancje spulchniające: węglany amonu, węglany sodu, sól, barwnik: karoten

03.06.2025

Wtorek

Śniadanie

- Chleb pszemno-żytni, słonecznikowy

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, woda, suche drożdże, sól, nasiona słonecznika
- Masło ekstra (z mleka)

5 g
- Dżem truskawkowy, niskosłodzony

20 g

Składniki: truskawki, cukier, woda, substancja żelująca: pektyny, regulator kwasowości: kwas cytrynowy
- Ogórek

10 g
- Pomidor

10 g
- Herbata malinowa, bez cukru

200 ml

Składniki: woda, herbata malinowa(owoc maliny, kwiat hibiskusa, owoc dzikiej róży, aromat naturalny)
- Napój mleczny kakaowy

180 g

Śniadanie II

- Zupa mleczna z zacierką

180 ml

Składniki: woda, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz, **mleko** krowie, 1,5 % tłuszczu
- Obiad
- Zupa ogórkowa

250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, ogórek kiszony, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, por, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie
- Ziemniaki, gotowane w wodzie

100 g
- Kotlet schabowy panierowany

70 g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, bułka tarta(mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz
- Surówka z kapusty pekińskiej

50 g

Składniki: kapusta pekińska, kukurydza, mrożona, cebula, olej rzepakowy

Podwieczorek

Jabłko 30 g

04.06.2025

Środa

Śniadanie

- Chleb pszenny

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier
- Masło ekstra (z mleka)

5 g
- Parówka z kurczaka 100%

30 g

Składniki: mięso z kurczaka, sól, przyprawy, susz z aceroli (owoców malpigii granatolistnej), aromaty naturalne.
- Papryka czerwona

10 g
- Kiełki brokułu

10 g
- Herbata z cytryną

200 ml

Składniki: woda, cytryna, herbata czarna

Śniadanie II

- Zupa mleczna z ryżem

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, ryż biały

Obiad

- Krem z ziemniaka z boczkiem

250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, mięso z ud kurczaka, bez skóry, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, gałka muszkatołowa, tymianek
- Kasza pęczak

100 g

Składniki: woda, kasza **jęczmienna**, pęczak, sól biała
- Gulasz po węgiersku

70 g

Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, marchew, papryka czerwona, koncentrat pomidorowy, 30%, cebula, mąka **pszenna**, typ 450, papryka słodka
- Surówka z czerwonej kapusty

50 g

Składniki: kapusta czerwona, cebula

Podwieczorek

- Budyń śmietankowy z sokiem malinowym

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, śmietanka 30%(z **mleka**), żółtko **jaja** kurzego, skrobia ziemniaczana

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

05.06.2025

Czwartek

Śniadanie

- Chleb pszenny graham

30 g

Składniki: mąka **pszenna** pełnoziarnista, mąka **pszenna**, woda, sól, drożdże
- Masło ekstra (z mleka)

5 g
- Pasta jajeczna ze szczypiorkiem

20 g

Składniki: **jaja** kurze całe, majonez(olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), szczypiorek
- Salata

10 g
- Pomidor

10 g
- Herbata owocowa

200 g
- Mleko krowie, 1,5 % tłuszczu

180 ml

Śniadanie II

- Owsianka na mleku

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Obiad

- Krupnik z kaszą jęczmienną

250 ml

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, kasza**jęczmienna**, perłowa, kurczak, tuszka, wieprzowina żeberka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie
- Pyzy z mięsem

130 g

Składniki: ziemniaki, wieprzowina łopatką, skrobia ziemniaczana, marchew, cebula, **jaja** kurze całe, pietruszka, korzeń, olej rzepakowy, woda
- Surówka Colesław

50 g

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez(olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), śmietana 18% (z **mleka**), cytryna, sól biała, pieprz

Podwieczorek

- Galaretka owocowa

100 g

Składniki: woda, galaretka owocowa, w proszku(cukier, żelatyna, kwas cytrynowy, aromat naturalny, barwniki naturalne)

06.06.2025

Piątek

Śniadanie

- Chleb pszenny

30 g

Składniki: mąka **pszenna**, woda, sól, olej, drożdże, cukier
- Masło ekstra (z mleka)

5 g
- Pasta z tuńczyka

80 g

Składniki: **tuńczyk** w oleju(**ryba**), majonez(olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), sól biała, pieprz
- Ogórek kiszony

10 g
- Papryka czerwona

10 g
- Herbata czarna

200 ml
- Kawa zbożowa na mleku

180 ml

Składniki: **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, kawa zbożowa(**żyto**, **jęczmień**)

Śniadanie II

- Zupa mleczna z makaronem

180 g

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny(mąka z **pszenicy** zwyczajnej)

Obiad

- Zupa kalafiorowa

250 ml

Składniki: woda, kalafior, marchew, pietruszka, korzeń, ziemniaki, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, śmietana 18% (z **mleka**), por, koperek, sól biała, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie
- Ziemniaki z masłem i koperkiem

100 g

Składniki: ziemniaki, masło ekstra(z **mleka**), koperek
- Jajko sadzone

70 g

Składniki: **jaja** kurze całe, olej rzepakowy
- Warzywa na parze

50 g

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, marchew

Podwieczorek

- Wafel rurka

20 g

Składniki: mąka **pszenna**, cukier, skrobia **pszenna**, glukoza, serwatka w proszku, olej roślinny rzepakowy, sól, lecytyna **sojowa**
- Sok jabłkowo- aroniowy 100%

100 ml

Składniki: sok jabłkowo (80%)- aroniowy (20%)