Intendentpro

Jadłospis Jadłospis 12-16.10

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

12.10.2026 Poniedziałek

Obiad

Makaron z sosem szpinakowo-śmietanowym

Składniki: szpinak, mrożony, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, gałka muszkatołowa

13.10.2026 Wtorek

Obiad

Ziemniaki

Kotlet pożarski

Składniki: kurczak, tuszka, mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier)

Marchewka z groszkiem i masłem

Składniki: marchew z groszkiem, mrożona (marchew 60%, groch zielony 40%), masło ekstra (z **mleka**)

14.10.2026 Środa

Obiad

Kluski śląskie w sosie

Składniki: ziemniaki, woda, cebula, skrobia ziemniaczana, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Warzywa na parze

Składniki: brokuły, mrożone, kalafior, marchew

15.10.2026 Czwartek

Obiad

Kasza kuskus (pszenica)

Pulpety drobiowe w sosie pomidorowym

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, woda, **jaja** kurze całe, pomidory w puszce krojone, mąka **pszenna**, typ 450, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), czosnek, sól biała, pieprz, papryka słodka, oregano suszone

Surówka szwedzka

Składniki: ogórek kiszony, papryka czerwona, cebula, olej rzepakowy

16.10.2026 Piątek

Obiad

Ziemniaki

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (filety z **ryb** białych (65%) (a - **mintaj**, d - morszczuk; panierka sypka (15%) (mąka **pszenna**, drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma), woda, olej słonecznikowy, mąka **pszenna**, sól)

Surówka z kapusty kiszonej

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), cebula, olej rzepakowy, sól biała, pieprz