

Intendent **pro** Jadłospis Jadłospis podstawowy 15-19.06.

📅 **15.06.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Napój mleczny kakaowy
Pomidorki koktajlowe
Ser gouda tłusty (z mleka)
Salata
Papryka czerwona
Szynka wiejska
Pieczyno tostowe pszenne (soja)

Zupa

Zupa brokułowa

Składniki: woda, brokuły, mrożone, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Winogrona bez pestek

Bułka słodka (pszenica, jaja, mleko, sezam)

II danie

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona

Pancakes

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie uht, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu, cukier, soda oczyszczona, olej rzepakowy

Polewa jogurtowo-truskawkowa

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu, truskawki

📅 **16.06.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Herbata z melisy
Składniki: woda, herbata z melisy
Ser mozzarella (z mleka)
Ogórek
Masło ekstra (z mleka)
Szynka z indyka
Pomidor ze szczypiorkiem
Składniki: pomidor, szczypiorek, olej rzepakowy
Płatki owsiane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki **owsiane**

Zupa

Zupa z fasolki szparagowej

Składniki: woda, ziemniaki, fasola szparagowa, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Jogurt naturalny z malinami

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu, maliny

II danie

Indyk w sosie słodko- kwaśnym z ryżem

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, ananas, plastry w syropie, ryż biały, papryka czerwona, olej rzepakowy, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, mąka **pszenna**, typ 450

Lemoniada

📅 **17.06.2026** **Środa**

Śniadanie

Bułka grahamka z masłem
Składniki: bułki **pszenne** grahamki, masło ekstra
Pasta z nasion słonecznika i pomidorów
Składniki: słonecznik, nasiona, przecier pomidorowy, cebula, papryka czerwona, marchew, oliwa, koncentrat pomidorowy, 30%
Kabanosy
Kawa zbożowa z mlekiem
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, woda, kawa zbożowa
Salata lodowa
Kiełki rzodkiewki

Zupa

Rosół drobiowy z makaronem

Składniki: woda, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, makaron **pszenny** bezjajeczny, mięso z ud kurczaka, bez skóry, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Truskawki z bitą śmietaną - wyrób własny

Składniki: truskawki, śmietanka 30%, cukier

II danie

Ziemniaki

Filet z miruny panierowany

Składniki: **miruna** świeża, filety bez skóry, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, bułka tarta, mąka **pszenna**, typ 450

Surówka Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez, śmietana 18%, cytryna, cukier, sól biała, pieprz

Woda z miętą

Składniki: woda, mięta

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

📅 **18.06.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Chleb pszenno-żytni
Szynka wieprzowa, gotowana
Masło ekstra (z mleka)
Herbata rumiankowa
Salata
Szczypiorek
Płatki kukurydziane na mleku
Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, płatki kukurydziane
Pasta drobiowo-warzywna
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, marchew, **seler** korzeniowy, pietruszka, korzeń

Zupa

Zupa z soczewicy z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Podwieczorek

Chałka z masłem

Składniki: chałki **pszenne**, masło ekstra

Kisiel jabłkowy własnego wyrobu

Składniki: jabłko, woda, skrobia ziemniaczana, sok ze świeżej cytryny, cukier

II danie

Pulpety gotowane z piersi kurczaka

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułki **pszenne** zwykłe, **jaja** kurze całe, cebula, mąka **pszenna**, typ 450

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Buraki, gotowane w wodzie

Kasza bulgur (pszenica)

📅 **19.06.2026** **Piątek**

Śniadanie

Herbata malinowa, bez cukru
Składniki: woda
Chleb pszenno-żytni
Masło ekstra (z mleka)
Pomidor
Pasta z białej fasoli
Składniki: fasola biała, konserwowa, bez zalewy, cytryna, olej rzepakowy, czosnek, natka pietruszki, sól biała, pieprz
Ogórek kiszony
Twarożek z rzodkiewką
Składniki: ser twarogowy półtłusty, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

Zupa

Krupnik z kaszą jęczmienną

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kasza **jęczmienna**, perłowa, mięso z ud kurczaka, bez skóry, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Panna cotta z musem malinowym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu, maliny, mrożone, cukier z prawdziwą wanilią, żelatyna

II danie

Sok wieloowocowy 100%

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

Spaghetti bolognese

Składniki: wieprzowina szynka surowa, makaron **pszenny** bezjajeczny, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, cebula

Ser parmezan (z mleka)