

Intendent**pro**

Jadłospis Jadłospis 56

📅 **03.02.2025** **Poniedziałek**

I Śniadanie

Kanapka z pieczywa graham z pastą z fasoli czerwonej, cebuli i majeranku

Składniki: fasolka flageolet, konserwowa, chleb **pszenny** graham, masło ekstra (z **mleka**), cebula, olej rzepakowy, majeranek, sól biała, pieprz

Kanapka z serem i pomidorem

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, ser gouda tłusty (z **mleka**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata z cytryną

Składniki: woda, cytryna, cukier, herbata czarna

II Śniadanie

Kasza manna na mleku

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

Jabłko

Obiad

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

Kotlet jajeczny pieczony, sos chrzanowy, ziemniaki

Składniki: ziemniaki, **jaja** kurze całe, Śmietana 12% (z **mleka**), bułki **pszenne** zwykłe, natka pietruszki, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, chrzan, sól biała, pieprz

Surówka z kapusty włoskiej z marchewką i jabłkiem

Składniki: kapusta włoska, cebula, marchew, jabłko, olej rzepakowy

Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

📅 **04.02.2025** **Wtorek**

I Śniadanie

Kanapka z pastą paprykową

Składniki: papryka czerwona, chleb **pszенno-żytni**, masło ekstra (z **mleka**), cebula, marchew, pietruszka, korzeń

Kanapka z szynką wieprzową i ogórkiem

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, szynka wieprzowa, gotowana, ogórek, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

II Śniadanie

Zupa mleczna z makaronem

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, makaron **pszenny** bezjajeczny

Marchewka súpki

Składniki: marchew

Obiad

Barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, burak, **jaja** kurze całe, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, mięso z ud kurczaka, bez skóry, cebula, Śmietana 18% (z **mleka**), por, botwinka, koncentrat barszczu czerwonego (**seler**), koperek, olej rzepakowy, czosnek, sól biała, pieprz, majeranek

Pieczony kotlet mielony z szynki wieprzowej

Składniki: wieprzowina szynka surowa, **jaja** kurze całe, bułki **pszenne** wrocławskie, bułka tarta (**pszenica**), cebula, olej rzepakowy

Kasza kuskus (pszenica)

Surówka z sałaty lodowej z marchewki z jogurtem naturalnym

Składniki: sałata, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Lemoniada

📅 **05.02.2025** **Środa**

I Śniadanie

Kanapka z szynką z kurczaka, ogórkiem świeżym i pomidorem

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, szynka z piersi kurczaka, ogórek, pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Kanapka z pastą łososiuwo-jajeczną

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, **łosoś** świeży, **jaja** kurze całe, masło ekstra (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), ziola prowansalskie

Bawarka

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

II Śniadanie

Koktajl wiśniowo- bananowy na jogurcie naturalnym

Składniki: jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), banan, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Papryka súpki

Składniki: papryka czerwona

Ogórek súpki

Składniki: ogórek

Obiad

Zupa fasolowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, marchew, fasola biała, nasiona suche, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, boczek wędzony bez kości, kurczak, tuszka, por, natka pietruszki, Żeberka wieprzowe wędzone, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym

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

Sok wieloowocowy

Składniki: sok wieloowocowy z owoców krajowych 100%

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

📅 **06.02.2025** **Czwartek**

I Śniadanie

Parówka z kurczaka 100% z keczupem

Składniki: parówka z kurczaka 100%, keczup

Bułka grahamka z serem i pomidorem

Składniki: bułki **pszenne** grahamki, pomidor, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**)

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

II Śniadanie

Bułeczki drożdżowe z jabłkami (pszenica, mleko)

Kakao

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kakao 16%, proszek, cukier

Papryka súpki

Składniki: papryka czerwona

Obiad

Zupa brokułowa na wywarze warzywnym

Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 18% (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony

Polędwiczki wieprzowe z sosem beszamelowym, ziemniaki, surówka z buraczków i jabłka

Składniki: ziemniaki, wieprzowina polędwica, burak, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, jabłko, olej rzepakowy, masło ekstra (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, cebula

Kompot wieloowocowy bez cukru

Składniki: woda, jabłko, Śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone

📅 **07.02.2025** **Piątek**

I Śniadanie

Kanapka z pastą z tuńczyka i jajka

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, **jaja** kurze całe, **tuńczyk** w sosie własnym, masło ekstra (z **mleka**), majonez (**jajka**, **gorczyca**), jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), szczypiorek, cytryna

Kanapka z serem z ogórkiem kiszonym

Składniki: chleb **pszенno-żytni**, ser gouda tłusty (z **mleka**), ogórek kiszony, masło ekstra (z **mleka**)

Herbata rumiankowa

Składniki: woda, cukier, herbata rumiankowa

II Śniadanie

Owsianka na mleku

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

Banan

Obiad

Zupa neapolitańska z makaronem

Składniki: woda, makaron **pszenny** bezjajeczny, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, marchew, udo z kurczaka, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, Śmietana 12% (z **mleka**), ser gouda tłusty (z **mleka**), koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne pieczone

Składniki: paluszki **rybne** mrożone

Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z białej kapusty Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (**jajka**, **gorczyca**), koperek