

## Intendentpro Jadłospis 08-12.06

📅 **08.06.2026** **Poniedziałek**

### Śniadanie

#### Płatki owsiane na mleku

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

#### Chleb kurpiowski (**żyto**)

#### Chleb **pszenno-żytni**

#### Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

#### Masło ekstra (z **mleka**)

#### Twarożek z rzodkiewką

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, rzodkiewka

#### Szynka wiejska

#### Roszpodka

#### Pomidor

#### Kiwi

#### Jabłko

#### Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

## Obiad

### Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, skrzydło indyka, pietruszka, korzeń, cebula, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

### Makaron z truskawkami i serem

Składniki: truskawki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), makaron **pszenny** bezjajeczny, ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), cukier

### Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

## Podwieczorek

### Zapiekanka tostowa z szynką

Składniki: pieczywo tostowe **pszenne (soja)**, ser edamski tłusty (z **mleka**), szynka wieprzowa, gotowana

### Keczup

### Marchewka słupki

Składniki: marchew

### Herbata żurawinowa

Składniki: woda, żurawina suszona

📅 **09.06.2026** **Wtorek**

### Śniadanie

#### Kasza manna na mleku

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

#### Chleb kurpiowski (**żyto**)

#### Chleb **pszenno-żytni**

#### Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

#### Masło ekstra (z **mleka**)

#### Pasta z nasion słonecznika i

#### pomidorów

Składniki: słonecznik, nasiona, pomidory suszone w oleju, pieprz

#### Polędwica sopocka

#### Sałata lodowa

#### Rzodkiewka

#### Ogórek kiszony

#### Truskawki

#### Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

## Obiad

### Zupa kalafiorowa

Składniki: woda, kalafior, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, śmietana 18% (z **mleka**), skrzydło indyka, por, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Udko z kurczaka pieczone

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

### Ryż brązowy

### Sałata masłowa ze śmietaną

Składniki: sałata, śmietana 18% (z **mleka**)

### Kompot truskawkowy

Składniki: woda, truskawki, mrożone, cukier

## Podwieczorek

### Budyń czekoladowy

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, czekolada gorzka (**soja**, **mleko**), cukier, skrobia ziemniaczana

### Jabłko

### Herbata z dzikiej róży, bez cukru

Składniki: woda, herbata z róży

📅 **10.06.2026** **Środa**

### Śniadanie

#### Musli na mleku

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, musli z rodzynkami i **orzechami (pszenica, żyto, jęczmień, owies)**

#### Chleb kurpiowski (**żyto**)

#### Chleb **pszenno-żytni**

#### Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

#### Masło ekstra (z **mleka**)

#### Pasztet z królika

#### Pasta z awokado

Składniki: awokado, **jaja** kurze całe, natka pietruszki, czosnek, cytryna, sól biała, pieprz

#### Rukola

#### Papryka kolorowa

#### Ogórek

#### Truskawki

#### Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu

## Obiad

### Zupa buraczkowa

Składniki: woda, botwinka, marchew, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, skrzydło indyka, por, natka pietruszki, sok ze świeżej cytryny, sól biała, pieprz

### Łazanki z młodą kapustą i kielbasą

Składniki: kapusta biała, cebula, makaron **pszenny** bezjajeczny, kielbasa śląska, olej rzepakowy, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Kompot śliwkowy

Składniki: śliwki, cukier

## Podwieczorek

### Jogurt naturalny z miodem

Składniki: jogurt naturalny (z **mleka**), miód pszczeli

### Biszkopty lady fingers (**pszenica, jaja**)

### Gruszka

### Herbata truskawkowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata truskawkowa

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

📅 **11.06.2026** **Czwartek**

### Śniadanie

#### Płatki jęczmienne na mleku

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

#### Chleb kurpiowski (**żyto**)

#### Chleb **pszenno-żytni**

#### Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

#### Masło ekstra (z **mleka**)

#### Jajko gotowane

Składniki: **jaja** kurze całe

#### Ser gouda (z **mleka**)

#### Szynka wiejska

#### Pomidorki koktajlowe

#### Roszpodka

#### Papryka czerwona

#### Kiełki lucerny

#### Melon

#### Herbata żurawinowa

Składniki: woda, żurawina suszona

## Obiad

### Zupa jarzynowa

Składniki: woda, zupa jarzynowa, mrożona, ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, skrzydło indyka, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Bitki wołowe w sosie własnym

Składniki: wołowina rostbef, woda, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

### Kasza gryczana

### Ogórek kiszony

### Kompot z rabarbaru

Składniki: woda, rabarbar

## Podwieczorek

### Chałka z dżemem wiśniowym

Składniki: chałki **pszenne (jaja)**, dżem wiśniowy, niskosłodzony, masło ekstra (z **mleka**)

### Jabłko

### Herbata malinowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata malinowa

📅 **12.06.2026** **Piątek**

### Śniadanie

#### Kakao

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

#### Chleb kurpiowski (**żyto**)

#### Chleb **pszenno-żytni**

#### Bułka paryska (angielka) (**pszenica**)

#### Masło ekstra (z **mleka**)

#### Pasta z dyni i masła orzechowego

Składniki: dynia, pomidory suszone w oleju, masło **orzechowe** 100%, cebula, natka pietruszki, cytryna, sól biała, pieprz

#### Schab pieczony

#### Sałata rzymska

#### Pomidor

#### Ogórek kiszony

#### Jabłko

#### Herbata z róży, bez cukru

Składniki: woda, herbata z róży

## Obiad

### Zupa pomidorowa z ryżem

Składniki: woda, passata pomidorowa, skrzydło indyka, marchew, ryż biały, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, śmietana 18% (z **mleka**), koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

### Dorsz pieczony

Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), olej rzepakowy, cytryna, sól biała, pieprz

### Ziemniaki

### Surówka Colesław

Składniki: kapusta biała, marchew, cebula, majonez (**jaja**, **gorczyca**), cytryna, cukier, sól biała, pieprz

### Kompot agrestowy

Składniki: woda, agrest

## Podwieczorek

### Mus owocowo-warzywny własnego wyrobu

Składniki: jabłko, gruszka, burak

### Bułki kajzerki (**pszenica**)

### Masło ekstra (z **mleka**)

### Serek almette śmietankowy (z **mleka**)

### Herbata owoce lasu, bez cukru

Składniki: woda, herbata owoce lasu