

Intendentpro **Jadłospis Czerwiec**

📅 **01.06.2026** **Poniedziałek**

Śniadanie

Parówka z kurczaka 100% z keczupem

Składniki: parówka z kurczaka 100%, keczup

Bułka pszenna z masłem

Składniki: bułki **pszenne** zwykłe, masło ekstra (z **mleka**)

Ogórek słupki

Składniki: ogórek

Rozszponka

Kakao

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

Herbata owocowa, bez cukru

Składniki: woda, herbata owocowa

Śniadanie II

Jogurt jagodowy, 1,5% tłuszczu (z mleka)

Sorbet lodowy

Zupa

Zupa warzywna

Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony

II danie

Pizza z szynką i serem mozzarella, pomidoroki koktajlowe

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, szynka konserwowa, pomidoroki koktajlowe, ser mozzarella (z **mleka**), przecier pomidorowy, woda, drożdże piekarskie, prasowane, olej rzepakowy, cukier, przyprawa ziołowa, sól biała, czosnek

Sos czosnkowy

Składniki: śmietana 18% (z **mleka**), jogurt grecki (z **mleka**), czosnek, majonez (**jajka**, **gorczyca**)

Kompot owocowy

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

📅 **02.06.2026** **Wtorek**

Śniadanie

Kanapka z szynką z indyka i pomidorem

Składniki: chleb **pszenno-żytni**, pomidor, szynka z indyka, masło ekstra (z **mleka**)

Płatki żytnie na mleku

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

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Śniadanie II

Gofry tradycyjne z truskawkami

Składniki: **mleko** krowie, 2% tłuszczu, truskawki, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy, cukier puder, proszek do pieczenia (**pszenica**), cukier

Sos malinowy

Składniki: maliny, mrożone, cukier, cytryna

Migdały- rozdrobnione

Składniki: **migdały**

Zupa

Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, kapusta biała, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, koncentrat pomidorowy, 30%, natka pietruszki, kurczak, tuszka, żeberka wieprzowe wędzone, wieprzowina żeberka, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

II danie

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, olej rzepakowy, płatki kukurydziane, **jaja** kurze całe, mąka **pszenna**, typ 450, sól biała, pieprz

Ziemniaki z masłem i koperkiem

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

Salata masłowa ze śmietaną

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

Kompot wiśniowy

Składniki: woda, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

📅 **03.06.2026** **Środa**

Śniadanie

Twarożek z rzodkiewką

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

Szczypiorek

Bułka z masłem i pomidorem

Składniki: bułka paryska (angielka) (**pszenica**), pomidor, masło ekstra (z **mleka**)

Kawa zbożowa na mleku

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

Herbata czarna

Składniki: woda, cukier, herbata czarna

Śniadanie II

Fontanna czekoladowa z owocami

Składniki: ananas, banan, melon, czekolada deserowa (**soja**), truskawki, winogrona

Zupa

Zupa ogórkowa

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

II danie

Pankejki

Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), cukier, soda oczyszczona

Syrop klonowy

Surówka z marchewki i jabłka

Składniki: marchew, jabłko, olej rzepakowy

Kompot porzeczkowy

Składniki: woda, porzeczki czarne, mrożone, cukier

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

📅 **04.06.2026** **Czwartek**

Śniadanie

Śniadanie II

Zupa

II danie

📅 **05.06.2026** **Piątek**

Śniadanie

Bułka pszenna z serem i sałata

Składniki: bułki **pszenne** zwykłe, ser gouda tłusty (z **mleka**), masło ekstra (z **mleka**), sałata

Ogórek

Płatki owsiane na mleku

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

Herbata z cytryną i miodem

Składniki: woda, miód pszczeli, cytryna, herbata czarna

Śniadanie II

Banan

Biszkopty lady fingers (**pszenica**, **jajka**)

Biała rzodkiew

Zupa

Zupa grochowa z ziemniakami

Składniki: woda, ziemniaki, groch, nasiona suche, marchew, pietruszka, korzeń, cebula, kiełbasa śląska, olej rzepakowy, boczek wędzony bez kości, czosnek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek, cząber suszony

II danie

Makaron z tuńczykiem

Składniki: **tuńczyk** w sosie własnym, makaron pełnoziarnisty (**pszenica**), śmietana 18% (z **mleka**), pomidoroki koktajlowe, cebula, olej rzepakowy, sól o obn. zaw. sodu, pieprz, natka pietruszki

Kompot śliwkowy

Składniki: woda, śliwki, cukier

