Intendentpro

Jadłospis Szymankowo 28.09-2.10

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

28.09.2026 Poniedziałek

Obiad

Zupa koperkowa z ziemniakami

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

Bulion warzywny

Składniki: woda, cebula, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, kapusta włoska, natka pietruszki, czosnek, pieprz, ziele angielskie, podgrzybki suszone

Podwieczorek

Bułka grahamka z mozzarellą i pomidorem

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

29.09.2026 Wtorek

Obiad

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych

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

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Surówka z białej kapusty Colesław

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

Podwieczorek

Ciastka francuskie ze śliwkami (pszenica, mleko)

30.09.2026 Środa

Obiad

Szynka wieprzowa, gotowana

Kasza gryczana

Kalafior na parze

Składniki: kalafior, mrożony

Podwieczorek

Galaretka owocowa z bananem i jogurtem greckim

Składniki: woda, banan, jogurt grecki (z **mleka**), galaretka owocowa, w proszku

01.10.2026 Czwartek

Obiad

Zupa krem z białych warzyw i białej fasoli na wywarze warzywnym

Składniki: woda, kalafior, mrożony, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, fasola biała, konserwowa, bez zalewy, por, cebula, śmietana 12% (z **mleka**), czosnek, imbir świeży, pieprz, gałka muszkatołowa

Podwieczorek

Gofry na jogurcie naturalnym

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

02.10.2026 Piątek

Obiad

Kotlet pieczony z dorsza

Składniki: **dorsz** świeży (**ryba**), bułki **pszenne** zwykłe, cebula, **jaja** kurze całe

Puree ziemniaczane

Składniki: ziemniaki, **mleko** krowie, 3,2% tłuszczu, sól biała

Ogórek kiszony

Podwieczorek

Naleśniki z twarogiem i brzoskwiniami

Składniki: ser twarogowy półtłusty (z **mleka**), mąka **pszenna**, typ 450, brzoskwinia w syropie, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, cukier, **jaja** kurze całe, olej rzepakowy