Intendentpro

Jadłospis Szkoła Szymankowo 5.10-9.10

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

05.10.2026 Poniedziałek

Obiad

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

Podwieczorek

Bułeczki drożdżowe z jabłkami (pszenica, mleko)

06.10.2026 Wtorek

Obiad

Gulasz wieprzowy
Składniki: wieprzowina szynka surowa, woda, cebula, olej rzepakowy, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie, pieprz, papryka słodka

Kasza kuskus (pszenica)

Surówka z buraczków z cebulką
Składniki: burak, cebula, cytryna, olej rzepakowy

Podwieczorek

Ciasto marchewkowe
Składniki: marchew, mąka **pszenna**, typ 450, olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, cukier

07.10.2026 Środa

Obiad

Eskalopki z kurczaka
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, olej rzepakowy, papryka słodka, pieprz

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

Marchewka z zasmażką
Składniki: marchew mrożona- kostka, mąka **pszenna**, typ 450, masło ekstra (z **mleka**)

Podwieczorek

Galaretka owocowa z bananem
Składniki: woda, banan, galaretka owocowa, w proszku

08.10.2026 Czwartek

Obiad

Zupa buraczkowa z kulkami ciecierzycy na wywarze warzywnym
Składniki: woda, burak, ziemniaki, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, cebula, marchew, ciecierzyca, nasiona suche, śmietana 18% (z **mleka**), por, natka pietruszki, sok ze świeżej cytryny, olej rzepakowy, czosnek, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Podwieczorek

Jogurt grecki z miodem i gruszką
Składniki: jogurt grecki (z **mleka**), gruszka, miód pszczeli

09.10.2026 Piątek

Obiad

Klopsy z dorsza w sosie pomidorowym
Składniki: **dorsz** świeży, filety bez skóry (**ryba**), woda, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, **jaja** kurze całe, koncentrat pomidorowy, 30%

Ryż biały

Surówka meksykańska
Składniki: kapusta pekińska, marchew, papryka czerwona, kukurydza, konserwowa, fasola czerwona, konserwowa, bez zalewy, cebula czerwona, cukier, olej rzepakowy, pieprz

Podwieczorek

Pampuchy
Składniki: mąka **pszenna**, typ 450, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, **jaja** kurze całe, żółtko **jaja** kurzego, masło ekstra (z **mleka**), drożdże piekarskie, prasowane