

Intendentpro Menu 28.09-02.10.2026r.

Alergeny zostały wyróżnione na jadalospisie poprzez podkreślenie.

Poniedziałek 28.09.2026

OBIAD

- 280ml **Krupnik ryżowy**  
Składniki: woda, ziemniaki, marchew, ryż biały, kurczak, tuszka, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, koperek, wieprzowina żeberka, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 100g **Pulpety w sosie pomidorowym**  
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, koncentrat pomidorowy, 30%, jaja kurze całe, cebula, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), mąka pszenna typ 500, z witaminami, olej rzepakowy, śmietana 18% (z mleka)
- 175g **Ziemniaki gotowane**  
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 80g **Marchewka gotowana z masłem**  
Składniki: marchew, mrożona, masło ekstra (z mleka)

Energia: 476 kcal Białko: 25,5 g Tłuszcz: 9,7 g Węglowodany: 67,2 g

Środa 30.09.2026

OBIAD

- 250ml **Rosół drobiowo-wołowy z makaronem**  
Składniki: woda, kurczak, tuszka, marchew, makaron pszenny bezjajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), wołowina szponder, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie
- 75g **Devolaj**  
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), masło ekstra (z mleka), jaja kurze całe, olej rzepakowy
- 150g **Ziemniaki gotowane**  
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 70g **Surówka z kapusty pekińskiej**  
Składniki: kapusta pekińska, por, śmietana 18% (z mleka), cytryna, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, gorczyca, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka jaj kurzych (7,0%)), cukier, sól biała, pieprz

Energia: 477 kcal Białko: 25,9 g Tłuszcz: 16,6 g Węglowodany: 52,2 g

Wtorek 29.09.2026

OBIAD

- 300ml **Zupa jarzynowa**  
Składniki: woda, ziemniaki, kalafior, brokuły, cukinia, marchew, pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, cząber suszony
- 200g **Hot-dog**  
Składniki: bułki do hot dogów (mąka pszenna, woda, cukier, drożdże, olej rzepakowy, sól, fermentowana mąka pszenna, kwas askorbinowy), parówka z kurczaka 100% (mięso z kurczaka, sól, przyprawy, susz z aceroli (owoców malpigi granatolistnej), aromaty naturalne.), kapusta biała, marchew, keczup (pomidory, cukier, ocet, sól, aromaty naturalne), cukier, sól biała, cukier

Energia: 466 kcal Białko: 16,5 g Tłuszcz: 13,1 g Węglowodany: 67,1 g

Czwartek 01.10.2026

OBIAD

- 300ml **Zupa z ciecierzycy i soczewicy**  
Składniki: ziemniaki, marchew, ciecierzycza konserwowa, soczewica czerwona, nasiona suche, pietruszka, korzeń, cebula, seler korzeniowy, liść laurowy, ziele angielskie
- 200g **Makaron z sosem jogurtowo-truskawkowym**  
Składniki: truskawki, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko pasteryzowane, żywe kultury bakterii), makaron pszenny bezjajeczny (mąka z pszenicy zwyczajnej), cukier, masło ekstra (z mleka)

Energia: 428 kcal Białko: 16,6 g Tłuszcz: 6,3 g Węglowodany: 71,4 g

Piątek 02.10.2026

OBIAD

- 300ml **Krem z brokuła**  
Składniki: woda, brokuły, ziemniaki, marchew, śmietana 18% (z mleka), pietruszka, korzeń, seler korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, kmin rzymski, czosnek niedźwiedzi suszony
- 120g **Nuggetsy rybne**  
Składniki: filet z minim mrożonej (ryba), mąka pszenna, typ 550, jaja kurze całe, bułka tarta (mąka pszenna, sól, drożdże), sól biała, pieprz
- 175g **Ziemniaki gotowane**  
Składniki: ziemniaki, sól biała
- 70g **Surówka z ogórka kiszzonego**  
Składniki: ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy

Energia: 449 kcal Białko: 24,5 g Tłuszcz: 9,2 g Węglowodany: 61,9 g