Intendentpro **SZKOŁA PODSTAWOWA**

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

Poniedziałek 16.11.2026

OBIAD

Filet z kurczaka panierowany
Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, bułka tarta (**pszenica**), olej rzepakowy, **jaja** kurze całe, sól biała, pieprz

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Surówka z pora, marchewki i jabłka
Składniki: jabłko, por, marchew, jogurt naturalny, 2% tłuszczu (z **mleka**)

Kompot wieloowocowy
Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Wtorek 17.11.2026

OBIAD

Wegański gulasz z soczewicą i pieczarkami
Składniki: woda, pieczarki świeże, soczewica czerwona, nasiona suche, cebula, mleczko kokosowe, olej rzepakowy, koncentrat pomidorowy, 30%, czosnek, natka pietruszki, curry, sól biała, pieprz

Makaron pełnoziarnisty (pszenica)

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Środa 18.11.2026

OBIAD

Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym
Składniki: wieprzowina łopatka, bułki **pszenne** zwykłe, cebula, koncentrat pomidorowy, 30%, **jaja** kurze całe, śmietana 18% (z **mleka**), olej rzepakowy

Mix kasz bulgur i jęczmiennej pęczak
Składniki: kasza **jęczmienna**, pęczak, **mleko** krowie, 2% tłuszczu, kasza bulgur (**pszenica**), masło ekstra (z **mleka**), sól biała

Surówka z selera i jabłka ze śmietaną
Składniki: **seler** korzeniowy, jabłko, śmietana 18% (z **mleka**), rodzynki, suszone

Kompot wieloowocowy
Składniki: woda, jabłko, śliwki bez pestek, mrożone, truskawki, mrożone, wiśnie bez pestek, mrożone, cukier

Czwartek 19.11.2026

OBIAD

Kopytka
Składniki: ziemniaki, późne, mąka **pszenna**, typ 450, **jaja** kurze całe, skrobia ziemniaczana

Masło ekstra (z mleka)

Marchewka z groszkiem i masłem
Składniki: marchew z groszkiem, mrożona, masło ekstra (z **mleka**)

Kompot z owoców mieszanych
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Piątek 20.11.2026

OBIAD

Paluszki rybne pieczone
Składniki: paluszki **rybne** mrożone (**pszenica**, **ryba**)

Ziemniaki z masłem i koperkiem
Składniki: ziemniaki, masło ekstra (z **mleka**), koperek

Surówka z kapusty kiszonej z marchewką i natką pietruszki
Składniki: kapusta kiszona, marchew, olej rzepakowy, natka pietruszki, cukier

Kompot owocowy
Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier