Intendentpro

Jadłospis USŁUGI GASTRONOMICZNE E&K GŁOWACCY SP. Z O. O. - DIETA BEZMLECZNA

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

07.09.2026 Poniedziałek

Obiad

Zupa jarzynowa z kalafiorem i białą fasolką - dieta planetarna 300 ml

Składniki: kalafior, fasola biała, konserwowa, bez zalewy (fasola biała, woda, sól), ziemniaki, marchew, pietruszka, korzeń, śmietanka kokosowa (ekstrakt z kokosa, woda), natka pietruszki, sól biała, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

Schab duszony w sosie własnym 135 g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości, olej rzepakowy, cebula

Kasza jęczmienna, pęczak, gotowana 150 g

Ogórek kiszony 80 g

Kalarepa słupki 50 g

Składniki: kalarepa

Kompot owocowy 150 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 574 kcal

08.09.2026 Wtorek

Obiad

Rosół drobiowy z makaronem 300 g

Składniki: woda, marchew, makaron **pszenny** bezjajeczny (mąka z **pszenicy** zwyczajnej), mięso ze skrzydeł indyka, bez skóry, mięso z ud kurczaka, bez skóry, wołowina szponder, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Nuggetsy z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g

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

Ziemniaki, gotowane w wodzie 150 g

Marchew duszona 100 g

Składniki: marchew, woda, mąka **pszenna**, typ 500

Woda z cytryną 180 ml

Składniki: woda, cytryna

Energia: 562 kcal

09.09.2026 Środa

Obiad

Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym 300 ml

Składniki: woda, pieczarki świeże, makaron bezjajeczny z semoliny (semolina z **pszenicy** twardej), marchew, napój **sojowy** (woda, obłuszczone ziarno **soi** (6%), cukier, fosforan triwapniowy*, regulator kwasowości (fosforany potasu), sól morska, aromat, stabilizator (guma gellan), witaminy (ryboflawina (b2), b12, d2)), pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, tymianek

Delikatne pulpety z indyka w sosie pomidorowym 100 g

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry, woda, bułki **pszenne** zwykłe (mąka **pszenna**, woda, drożdże, sól, cukier), **jaja** kurze całe, pomidory w puszce krojone, mąka **pszenna**, typ 450, czosnek, sól biała, pieprz, papryka słodka, oregano suszone

Ryż biały 60 g

Surówka z białej kapusty Colesław 90 g

Składniki: kapusta biała, marchew, majonez (olej rzepakowy rafinowany, musztarda (woda, ocet, **gorczyca**, cukier, sól, przyprawy), woda, żółtka **jaj** kurzych (7,0%)), koperek

Kompot jabłkowy 200 ml

Składniki: woda, jabłko

Energia: 579 kcal

10.09.2026 Czwartek

Obiad

Zupa gołąbkowa 300 ml

Składniki: woda, kapusta włoska, passata pomidorowa (przecier pomidorowy, sól), mięso mielone wieprzowo-wołowe (mięso wieprzowe 55%, mięso wołowe 45%.), marchew, cebula, ryż biały, koncentrat pomidorowy, 30%, olej rzepakowy, czosnek, koperek, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, majeranek

Kopytka 150 g

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

Bułka tarta z masłem do polania 20 g

Składniki: bułka tarta (mąka **pszenna**, sól, drożdże), masło roślinne

Jabłko 80 g

Kompot z owoców mieszanych 200 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 661 kcal

11.09.2026 Piątek

Obiad

Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem 300 ml

Składniki: woda, koncentrat pomidorowy, 30%, napój **owsiany** (baza **owsiana** (woda, **owies** (8,7 %), błonnik z kukurydzy, olej słonecznikowy, wapń, sól morska, stabilizator (guma gellan), witaminy (b2, b12, d2)), ryż biały, marchew, pietruszka, korzeń, **seler** korzeniowy, por, natka pietruszki, sól biała, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie

Paluszki rybne smażone 75 g

Składniki: paluszki **rybne** mrożone (filety z **ryb** białych (65%) (a - **mintaj**, d - morszczuk; panierka sypka (15%) (mąka **pszenna**, drożdże, sól, papryka mielona, kurkuma), woda, olej słonecznikowy, mąka **pszenna**, sól), olej rzepakowy

Ziemniaki 150 g

Surówka z kiszonej kapusty, marchewki i pora 110 g

Składniki: kapusta kiszona (kapusta biała, marchew, sól), marchew, por, olej rzepakowy

Kompot owocowy 200 ml

Składniki: woda, mieszanka owocowa, mrożona, cukier

Energia: 559 kcal