

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.07.2024 do dnia 10.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	01.07.2024	02.07.2024	03.07.2024	04.07.2024	05.07.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE, _) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ, _) Pomidor 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE, _) Twarożek z miodem 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Szynka Piastowska wieprz wędz., parzona 50 g (SOJ, _) Sałata zielona 35 g Arbuz 180 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ, _) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, _) Makaron z serem białym i musem jabłkowym 350 g (GLU, MLE, _) Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL, _) Udko gotowane b/skóry 250 g Jarzynka gotowana 100 g (SEL, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Gulasz jarzyno-mięsny wieprz dieta 200 ml (GLU, SEL, _) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g (GLU, JAJ, _) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE, _) Buraczki na ciepło 100 g (GLU, _) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, _) Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Hache rybne(morszczuk) z warzywami 100 g (RYB, SEL, _) Cukinia gotowana 100 g Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasta z ryby got(morszczuk) i warzywo 85 g (RYB, SEL, _) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr., wędz., parzona w osłonce niejadalnej 70 g (GLU, SOJ, _) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Baton szynk z kur-produkt drob., średnio rozdr., parz., w osłonce niejadalnej 70 g Sałatka wiosenna-dieta z sosem winegret 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Szynka z piersią indyczą-wędlna drob., grubo rozdr., parzona 70 g (SOJ, SEL, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Polędwica Wiśnowa- schab wieprz wędz., parzony z dodatkiem białka wieprz i wody 25 g (GLU, SOJ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Dżem z czarnej porzeczki o obniżonej zawartości cukru 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.07.2024 do dnia 10.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	06.07.2024	07.07.2024	08.07.2024	09.07.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	<p>Poledwica Sopocka wieprz wędz, parz 70 g</p> <p>Bukiet królewski (march, brok, kalaf) gotowany 100 g</p> <p>Babka piaskowa-ciasto 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszeny 60 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p>	<p>Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob</p> <p>rozdrob, wędz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g (<u>SOJ</u>,)</p> <p>Salatka wiosenna-dieta z sosem winegret 100 g</p> <p>Banan 200 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszeny 60 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszeny 60 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>,)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<u>JAJ</u>,)</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Chleb graham żytnio-pszeny 60 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Potrąwka drobiowa z warzywami 200 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Marchewka gotowana 100 g</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Pieczeń ze schabu-dieta 70 g</p> <p>Sos szpinakowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>Jarzynka gotowana 100 g (<u>SEL</u>,)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem 200 g</p>	<p>Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z mięsem wiep. i warzywami 400 g (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>Cukinia gotowana 100 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Mięso z udźca z kurczaka pieczone 70 g</p> <p>Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p> <p>Surówka z marchewki, selera i jabłka z olejem 100 g (<u>SEL</u>,)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Pasta jarzynowo-wieprzowa 70 g (<u>SEL</u>,)</p> <p>Ogórek kiszony - sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno, wieprz, wędzona, parzona 70 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,)</p> <p>Salatka z pomidorów- dieta 100 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p>	<p>Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 90 g (<u>RYB</u>, <u>SEL</u>,)</p> <p>Banan 200 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,)</p>
PN	<p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Dżem brzoskwinowy-dodat-o obniżonej zaw cukru 30 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SO2</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdrob, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.07.2024 do dnia 10.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

środa	
10.07.2024	
Lekkostrawna	
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE , <u>..</u>) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna-dieta z sosem winegret 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , <u>..</u>) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU , <u>..</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zalewajka z ziemniakami 400 g (MLE , SEL , <u>..</u>) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (GLU , SEL , <u>..</u>) Brokuły gotowane 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Twarożek 80 g (MLE , <u>..</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU , <u>..</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem truskawkowy- dod- o obniż zawar cukru 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE , <u>..</u>) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (GLU , <u>..</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml