

## 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
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE, _</b> ) Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</b> ) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <b>JAJ, _</b> ) Pomidor 100 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <b>MLE, _</b> ) Twarożek z miodem 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Brzoskwinia 130 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Szynka Piastowska wieprz wędz.parzona 50 g ( <b>SOJ, _</b> ) Ogórek świeży-sur 50 g Arbuz 180 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Pasta z jaja,rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Salata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
<b>Obiad</b>	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Makaron pełnoziarn.z serem białym i musem jabłkowym 350 g ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml ( <b>GLU, SEL, _</b> ) Udko pieczone 220 g Mizeria z ogórka św i jogurtu 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Gulasz węgierski z wieprz i warzywami 250 g ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ) Buraczki z chrzanem 100 g ( <b>MLE, _</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU, _</b> ) Kompot z aroni z/c 250 ml Sos pietruszkowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )	Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Filet rybny(morszczuk) w cieście 110 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
<b>Kolacja</b>	Pasta z ryby(śledź),jaja, ogórka,cebuli 90 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdz.wędz.parzona w osłonce niejadalnej 70 g ( <b>GLU, SOJ, _</b> ) Salatka z papryki świeżej i cebuli 100 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z ciecierzycy 100 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ) Salatka wiosenna z sosem winegret-pod 70 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob.grubo rozdz.parzona 70 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )	Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
<b>PN</b>	Polędwica Wiśnowa- schab wieprz wędz.parzony z dodat białka wieprz i wody 25 g ( <b>GLU, SOJ, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Baton szynk z kur-produkt drob,średnio rozdr.parz.w osłonce niejadalnej 25 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	06.07.2024	07.07.2024	08.07.2024	09.07.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	<p>Poledwica Sopocka wieprz wędz., parz 70 g</p> <p>Bukiet królewski (march., brok., kalaf.) z sosem majon-jog 100 g (<b>JAJ, MLE, _</b>)</p> <p>Babka piaskowa-ciasto 50 g (<b>GLU, JAJ, MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob</p> <p>rozdrob., wędz., parz., w osłonce niejadalnej 70 g (<b>SOJ, _</b>)</p> <p>Salatka wiosenna z sosem winegret-pod 100 g</p> <p>Banan 200 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Twarożek z rzodkiewką 80 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<b>JAJ, _</b>)</p> <p>Ogórek świeży-sur 50 g</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
<b>Obiad</b>	<p>Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Potrąwka drobiowa z warzywami 200 g (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Surówka z selera, jabłka i kukurydzy z majonezem 110 g (<b>JAJ, MLE, SEL, _</b>)</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 (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Kaszotto jęczmienne z mięsem wiepr. i warzywami 400 g (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Sos pomidorowy 100 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Surówka z rzepy i kukurydzy z sosem jog-majon 100 g (<b>JAJ, MLE, _</b>)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa zacierkowa 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Mięso z udźca z kurczaka pieczone 70 g</p> <p>Sos koperkowy 100 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Surówka z marchewki, selera i jabłka z olejem 100 g (<b>SEL, _</b>)</p> <p>Ziemniaki młode z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
<b>Kolacja</b>	<p>Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiepr. pieczony 65 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</b>)</p> <p>Ogórek kiszony - sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</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>Papryka świeża 50 g</p> <p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrob., wieprz., wędzona, parzona 70 g (<b>GLU, SOJ, _</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów i cebuli 100 g</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 90 g (<b>RYB, SEL, _</b>)</p> <p>Banan 200 g</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>
<b>PN</b>	<p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</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 (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU, JAJ, MLE, SOJ, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdrob., wędz., parzona w osłonce niejadalnej 20 g (<b>GLU, SOJ, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</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	
Podstawowa	
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE,</b> ...) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 60 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ...) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU,</b> ...) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ...) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zalewajka z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL,</b> ...) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g ( <b>GLU, SEL,</b> ...) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Ser żółty gouda 70 g ( <b>MLE,</b> ...) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ...) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU,</b> ...) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU,</b> ...) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem truskawkowy- dod- o obniż zawar cukru 25 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE,</b> ...) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU,</b> ...) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml