

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.10.2024 do dnia 10.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	01.10.2024	02.10.2024	03.10.2024	04.10.2024	05.10.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
<b>Śniadanie</b>	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Sałata zielona 35 g Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata lodowa z olejem,ogórkim kisz. 60 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob. wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka z fileta z indyka-prod z dod białka ml,homog,wędz,parz w osłonce niejadalnej 100 g ( <b>MLE.</b> ) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 80 g Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
<b>Obiad</b>	Zupa zacierkowa 400 ml ( <b>GLU. SEL.</b> ) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 80 g Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Surówka z marchewki,selera i jabłka z olejem 100 g ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zalawajka z ziemniakami 400 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g ( <b>GLU. SEL.</b> ) Brokuły gotowane 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Bitka z szynki wieprzowej got. 70 g Sos jarzynowy 100 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Pulpet rybny z morskczuka 100 g ( <b>GLU. JAJ. RYB.</b> ) Sos ziolowy 100 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Jarzyna gotowana po grecku 100 g ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Gulasz wieprzowy dieta 200 g ( <b>GLU. SEL.</b> ) Kasza jęczmienna na sypko 200 g ( <b>GLU.</b> ) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml
<b>Kolacja</b>	Paprykarz rybno(morskczuk)-warzywny 90 g ( <b>RYB. SEL.</b> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 100 g ( <b>GLU.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )	Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 100 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 90 g ( <b>GLU. JAJ. SEL.</b> ) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocławska 100 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z jaja i koperku 90 g ( <b>JAJ. MLE.</b> ) Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )	Kurczak got-prod drob.grubo rozdrob z dodat biał wieprz,parz,w osłonce niejadalnej 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem brzoskwinowy o obniż zawar cukru 30 g Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 100 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )
<b>PN</b>	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	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	Jogurt deserowy z owocami 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	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	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU. JAJ. MLE. SO2.</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.10.2024 do dnia 10.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	06.10.2024	07.10.2024	08.10.2024	09.10.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
<b>Śniadanie</b>	<p>Poledwica Wiśniowa- schab wieprz wędz.parzony z dodat wody 50 g (<b>GLU, SOJ, MLE</b>)</p> <p>Bukiet królewski (march,brok,kałaf) gotowany 100 g</p> <p>Serek waniliowy - homogenizowany 150 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Platki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g</p> <p>Salata lodowa z rukolą i olejem 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p> <p>Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 70 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<b>GLU</b>)</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (<b>MLE</b>)</p> <p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
<b>Obiad</b>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU, SEL</b>)</p> <p>Udko gotowane b/skóry 250 g</p> <p>Marchewka z groszkiem zielonym w sosie własnym 120 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Pejzanka z ziemniakami 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)</p> <p>Hache wieprzowe z warzywami 100 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Sos pietruszkowy 100 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p> <p>Buraczki na ciepło 100 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Makaron 180 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (<b>GLU, SEL</b>)</p> <p>Filet drobiowy pieczony 85 g</p> <p>Sos jarzynowy 100 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)</p> <p>Pulpet wieprzowy 80 g (<b>GLU, JAJ</b>)</p> <p>Sos szpinakowy 100 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>)</p> <p>Jarzynka gotowana 100 g (<b>SEL</b>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
<b>Kolacja</b>	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (<b>SOJ</b>)</p> <p>Salatka z pomidorów- dieta 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE</b>)</p>	<p>Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Pomarańcza 130 g</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Pasta z ryby got(morszczuk) i warzyw 85 g (<b>RYB, SEL</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Galaretko drobiowa z jajkiem i warzywami 200 g (<b>JAJ, SEL</b>)</p> <p>Cytryna 25 g</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
<b>PN</b>	<p>Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<b>JAJ</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Szynka ze szpizarni -produkt wieprz ,wędz,parzony 25 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Salata zielona 15 g</p> <p>Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE</b>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<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 wrocl. dod. 25 g (<b>GLU</b>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Kefir 2% 150g 1 szt</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.10.2024 do dnia 10.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

	czwartek
	10.10.2024
	Lekkostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Mus wieloowocowy(jabl,ban.trus)z marchewką b/cukru 100 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Bułka pszenna wroclawska 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Pieczeń ze schabu-dieta 70 g Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Brokuły gotowane 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Indyk z Pasieki-prod blok drob,grubo rozdr,parzony w osłonce niejadalnej 70 g Sałatka jarzynowa -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, _</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wroclawska 100 g ( <b>GLU, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, S02, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml