

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
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE.) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ.) Papryka świeża 50 g Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka, średno rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata lodowa z olejem, ogórkiem kisz., kukurydzą 60 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU., MLE.) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa, grubo rozdrob., wędz., parz z dodatku wody i białka wieprz 50 g Rzepa - sur dod. 50 g Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU., MLE.) Twarożek 80 g (MLE.) Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka z fileta z indyka-prod z dodatku białka ml, homog., wędz., parz w osłonce niejadalnej 100 g (MLE.) Sałata z ogórków kiszonych i marchewki 80 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU., SEL.) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 80 g Sos koperkowy 100 ml (GLU., MLE.) Surówka z marchewki, selera i jabłka z olejem 100 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zalawajka z ziemniakami 400 g (MLE., SEL.) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (GLU., SEL.) Sałata z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (GLU., MLE., SEL.) Bitka z szynki wieprz w sosie własnym 160 g (GLU.) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (GLU., MLE., SEL.) Kotlet rybny z morskczuka 100 g (GLU., JAJ., RYB.) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU., MLE., SEL.) Fasolka po bretońsku 300 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Paprykarz rybno(morskczuk)-warzywny 90 g (RYB., SEL.) Gruszka 150 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa mleczna 250 ml (GLU., MLE.)	Ser żółty gouda 70 g (MLE.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszlet z soczewicy 100 g (GLU., JAJ.) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z jaja, kuku, groszku z majonezem 90 g (JAJ., GOR.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU., MLE.)	Kurczak got-prod drob, grubo rozdrob z dodatku biał wieprz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ.) Dżem brzoskwinowy o obniż zawar cukru 30 g Sałata zielona 35 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Kawa mleczna 250 ml (GLU., MLE.)
PN	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdrob., wędz., parzona w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Dżem truskawkowy- dod- o obniż zawar cukru 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU., JAJ., MLE., SOJ.) 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
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	<p>Poledwica Wiśnowa- schab wieprz wędz,parzony z dodat wody 50 g (<u>GLU</u>,<u>SOJ</u>,<u>GOR</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Bukiet królewski (march,brok,kalaf)z sosem majon-jog 100 g (<u>JAJ</u>,<u>MLE</u>,<u>GOR</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Serek waniliowy - homogenizowany 150 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>GLU</u>,<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</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 (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU</u>,<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 70 g (<u>SOJ</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Salatka z papryki świeżej i cebuli 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>SOJ</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u>,<u>SEL</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Udko pieczone 220 g</p> <p>Marchewka z groszkiem zielonym w sosie własnym 120 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Pejzanka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>,<u>MLE</u>,<u>SEL</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Łazanki z kapusty białej i mięsa wieprz 350 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Ketchup 20 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (<u>GLU</u>,<u>SEL</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Filet drobiowy pieczony 85 g</p> <p>Sos chrzanowy 100 ml (<u>GLU</u>,<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>,<u>SEL</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym 170 g (<u>GLU</u>,<u>JAJ</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Surówka z rzepy i kukurydzy z sosem jog-majon 100 g (<u>JAJ</u>,<u>MLE</u>,<u>GOR</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (<u>SOJ</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Salatka z pomidorów i cebuli 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>,<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p>	<p>Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Pomarańcza 130 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Paprykarz szczeciński 75 g (<u>RYB</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Galaretko drobiowa z jajkiem i warzywami 200 g (<u>JAJ</u>,<u>SEL</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Cytryna 25 g</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
PN	<p>Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<u>JAJ</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Szynka ze spiżarni -produkt wieprz ,wędz,parzony 25 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Salata zielona 15 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u>WOD</u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u>WOD</u>)</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	
Podstawowa	
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Twarożek z rzodkiewką 80 g (<u>MLE</u> ,) Gruszka 150 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (<u>GLU</u> ,) Chleb miesznym pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (<u>GLU</u> ,) Surówka z kapusty białej z olejem 120 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 Salatka jarzynowa -podst 100 g (<u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> ,) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u> ,) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (<u>GLU</u> ,) Chleb miesznym pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> ,) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> ,) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml