

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.08.2024 do dnia 20.08.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	11.08.2024	12.08.2024	13.08.2024	14.08.2024	15.08.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Ser topiony 22,5 g (MLE , _) Pasta z wędliny wieprz,jajka i papryki 75 g (JAJ, SOJ , _) Ogórek świeży z koperkiem 70 g Masło extra 82% 20 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Kawa mleczna 250 ml (GLU , MLE , _)	Ryż na mleku 400 ml (MLE , _) Kurczak got-prod drob,grubo rozdrob z dodat biał wieprz,parz,w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ , _) Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 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 Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE , _) Twarożek z miodem 80 g (MLE , _) Brzoskwinia 145 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynka Piastowska wieprz wędz,parzona z wodą dod. 50 g (SOJ , _) Serek waniliowy - homogenizowany 150 g (MLE , _) Sałata zielona 35 g Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa ryżowa 400 ml (SEL , _) Pieczeń z fileta indyka w sosie własnym 175 g (GLU , _) Surówka z jarzyn-lekka 110 g (SEL , _) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL , _) Makaron pełnoziarn.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 pieczone 220 g Mizeria z ogórka św i jogurtu 100 g (MLE , _) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL , _) Gulasz węgierski z wieprz i warzywami 250 g (GLU, MLE, SEL , _) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE , _) Ziemniaki 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 chrzanowy 100 ml (GLU, MLE , _) Buraczki z cebulą 100 g Ryż brązowy na sypko 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynka Michałowej prod wieprz,wędz,parz z dod wody 70 g (SOJ , _) Bukiet królewski (march,brok,kalaf)z sosem majon-jog 100 g (JAJ, MLE , _) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE , _) Masło extra 82% 20 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z ryby(śledź),jaja, ogórka,cebuli 90 g (GLU, JAJ , _) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ , _) Sałatka z papryki świeżej i cebuli 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z ciecierzycy 100 g (GLU, JAJ , _) Ogórek świeży z koperkiem 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE , _)	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdr,parzona 70 g (SOJ, SEL , _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE , _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU , _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU , _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE , _)
PN	Babka piaskowa-ciasto 50 g (GLU, JAJ, MLE , _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Szynka z liściem prod wieprz,wędz,parz z dod wody 25 g (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	Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 25 g 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, S02 , _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	16.08.2024	17.08.2024	18.08.2024	19.08.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Pasta z jaj, rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g (JAJ, MLE) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Polędwica Sopocka wieprz wędz, parz 70 g Bukiet królewski (march, brok, kalaf) z sosem majon-jog 100 g (JAJ, MLE) Babka piaskowa-ciasto 50 g (GLU, JAJ, MLE) Masło extra 82% 20 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Parówka z fileta z indyka-prod z dod białka ml, homog, wędz, parz w osłonce niejadalnej 100 g (MLE) Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 80 g Śliwki 150 g Masło extra 82% 20 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE) Twarożek z rzodkiewką 80 g (MLE) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Filet rybny(morszczuk) w cieście 110 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera, jabłki i kukurydzy z majonezem 110 g (JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (GLU) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (GLU) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiepr. i warzywami 400 g (GLU, SEL) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE) Surówka z rzepy i kukurydzy z sosem jog-majon 100 g (JAJ, MLE) Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasztet drobiowy Indykpol drobno rozdrob-pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL) Ogórek świeży z koperkiem 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa, grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Sałata lodowa z rukolą i sosem sałatkowym 50 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE) Masło extra 82% 10 g (MLE) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobnie, wieprz, wędzona, parzo na 70 g (GLU, SOJ) Sałatka z pomidorów i cebuli 100 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)
PN	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	Kefir 2% 150g 1 szt Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Dżem brzoskwiniowy-dodat-o obniżonej zaw cukru 30 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser żółty gouda 25 g (MLE) 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 11.08.2024 do dnia 20.08.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

wtorek	
20.08.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	<p>Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE,<u> </u>) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ,<u> </u>) Papryka świeża 50 g Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU,<u> </u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU,<u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE,<u> </u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL,<u> </u>) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 80 g Sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE,<u> </u>) Surówka z marchewki, selera i jabłka z olejem 100 g (SEL,<u> </u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 90 g (RYB, SEL,<u> </u>) Brzoskwinia 145 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU,<u> </u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU,<u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE,<u> </u>) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,<u> </u>)</p>
PN	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 20 g (SOJ,<u> </u>) Masło extra 82% 10 g (MLE,<u> </u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU,<u> </u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>