

## Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.11.2024 do dnia 10.11.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	01.11.2024	02.11.2024	03.11.2024	04.11.2024	05.11.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Pasztet drobiowy Indykpol drobno rozdrob-pieczony 65 g ( <u>GLU, JAJ, SOJ, SEL, _</u> ) Dżem z czarnej porzeczki o obniż zawar cukru 50 g Jabłko 150 g Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )	Szynkowa dębowa kiełbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Serek waniliowy - homogenizowany 150 g ( <u>MLE, _</u> ) Sałata lodowa z pomidor, papryką i olejem 80 g Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ser topiony 22,5 g ( <u>MLE, _</u> ) Pasta z wędliny wieprz, jajka i papryki 75 g ( <u>JAJ, SOJ, _</u> ) Pomidor 100 g Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )	Ryż na mleku 400 ml ( <u>MLE, _</u> ) Kurczak got-prod drob, grubo rozdrob z dodat biał wieprz, parz, w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>SOJ, _</u> ) Sałata lodowa -dodatek 35 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <u>JAJ, _</u> ) Pomidor 100 g Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa selerowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Filet z ryby (morszczuk) smażony 95 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, _</u> ) Sos grecki 120 ml ( <u>GLU, SEL, GOR, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 350 g ( <u>SEL, _</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Buraczki z cebulą 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ryżowa 400 ml ( <u>SEL, _</u> ) Pieczeń z fileta indyka w sosie własnym 175 g ( <u>GLU, _</u> ) Surówka z jarzyn-lekka 110 g ( <u>SEL, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Makaron pełnoziarn.z serem białym i musem jabłkowym 350 g ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ) Udko pieczone 220 g Kapusta biała duszona 125 g ( <u>GLU, _</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <u>JAJ, _</u> ) Sałatka z pomidorów- dieta 100 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka z szynki-kiełbasa wieprzowa homog.wędzona, parzona 110 g Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 100 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )	Szynka Michałowej prod wieprz, wędz, parz z dod wody 70 g ( <u>SOJ, _</u> ) Bukiet królewski (march, brok, kalaf)z sosem majon-jog 100 g ( <u>JAJ, MLE, GOR, _</u> ) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z ryby(śledź), jaja, ogórka, cebuli 90 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kiełbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 70 g ( <u>SOJ, _</u> ) Sałatka jarzynowa -podst 100 g ( <u>JAJ, SEL, GOR, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Deser mleczny z ryżem i sosem malinowym 200 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Babka piaskowa-ciasto 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Szynka z liściem prod wieprz, wędz, parz z dod wody 25 g ( <u>SOJ, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

	środa	czwartek	piątek	sobota
	06.11.2024	07.11.2024	08.11.2024	09.11.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Twarożek z miodem 80 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Gruszka 150 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Połędwica Wiśnowa- schab wieprz wędz,parzony z dodat wody 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>_</u> ) Sałata zielona 35 g Mandarynka 120 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Pasta z jaja,rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> ) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Połodwica Sopočka wieprz wędz,parz 70 g Bukiet królewski (march,brok,kalafiz sosem majon-jog 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> ) Babka piaskowa-ciasto 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> )
<b>Obiad</b>	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Gulasz węgierski z wieprz i warzywami 250 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Surówka z selera ,jabłka i kukurydzy z sos jog- majon 110 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Sos pieczarkowy 100 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Buraczki z papryką 110 g Kasza gryczana na sytko 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Filet rybny(dorsz czarny)w cieście 110 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> ) 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 ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą 100 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
<b>Kolacja</b>	Paszтет z ciecierzycy 100 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u> ) Sałatka z papryki świeżej i cebuli 70 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> )	Szynka z piersią indyczą-wędliną drob,grubo rozdr,parzona 70 g ( <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u> )	Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет drobiowy Indykpol drobno rozdrob-pieczony 65 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u> ) Sałatka z pomidorów i cebuli 70 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
<b>PN</b>	Śniadaniowa drobiowa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 25 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny-por 25 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Kefir 2% 150g 1 szt Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> , <u>_</u> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> , <u>_</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 01.11.2024 do dnia 10.11.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

niedziela	
10.11.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	<p>Parówka z fileta z indyka-prod z dod białka ml,homog,wędz,parz w osłonce niejadalnej 100 g (<b>MLE,</b>)</p> <p>Salatka z ogórków kiszonych i marchewki 80 g</p> <p>Gruszka 150 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 60 g (<b>GLU,</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU,</b> <b>MLE,</b>)</p>
Obiad	<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>Kalań got z bułką tartą 110 g (<b>GLU,</b>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<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>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 60 g (<b>GLU,</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
PN	<p>Dżem brzoskwiniowy-dodat-o obniżonej zaw cukru 30 g</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>