

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.09.2024 do dnia 20.09.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	11.09.2024	12.09.2024	13.09.2024	14.09.2024	15.09.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Śniadaniowa drobiowa-prod z kurczaka, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna-dieta z sosem winegret 60 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE.) 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 (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 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-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) 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 (MLE.) Ketchup 20 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Półdewica Wiśnowa- schab wieprz wędz, parzony z dodat wody 50 g (GLU, SOJ.) Bukiet królewski (march, brok, kalaf) gotowany 100 g Serek waniliowy - homogenizowany 150 g (MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zalewajka z ziemniakami 400 g (MLE, SEL.) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (GLU, SEL.) Brokuły gotowane 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Bitka z szynki wieprzowej got. 70 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL.) 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.) Pulpet rybny z morszczuka 100 g (GLU, JAJ, RYB.) Sos ziołowy 100 ml (GLU, MLE.) Jarzyna gotowana po grecku 100 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy dieta 200 g (GLU, SEL.) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU.) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL.) Udko gotowane b/skóry 250 g Sałata zielona z jogutrem 85 g (MLE.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Twarożek 80 g (MLE.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 90 g (GLU, JAJ, SEL.) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z jaja i koperku 90 g (JAJ, MLE.) Sałata z ogórków kiszonych i marchewki 70 g Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Kurczak got-prod drob, grubo rozdrob z dodat biał wieprz, parz, w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ.) Dżem brzoskwiowy o obniż zawar cukru 30 g Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdrob, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ.) Sałata z pomidorów- dieta 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)
PN	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	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	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE, SO2.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ.) 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 11.09.2024 do dnia 20.09.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	16.09.2024	17.09.2024	18.09.2024	19.09.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE, _)</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 sosem sałatkowym 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _)</p> <p>Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 70 g (SOJ, _)</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _)</p>	<p>Ryż na mleku 400 ml (MLE, _)</p> <p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (SOJ, _)</p> <p>Pomidor 100 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE, _)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _)</p> <p>Mus bananowo-jablkowy bez cukru 100 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Pejzanka z ziemnakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _)</p> <p>Hache wieprzowe z warzywami 100 g (SEL, _)</p> <p>Sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE, _)</p> <p>Buraczki na ciepło 100 g (GLU, _)</p> <p>Makaron 180 g (GLU, _)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL, _)</p> <p>Filet drobiowy pieczony 85 g</p> <p>Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL, _)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE, _)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE, SEL, _)</p> <p>Pulpet wieprzowy 80 g (GLU, JAJ, _)</p> <p>Sos szpinakowy 100 ml (GLU, MLE, _)</p> <p>Jarzynka gotowana 100 g (SEL, _)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, _)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _)</p> <p>Pieczeń ze schabu-dieta 70 g</p> <p>Sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE, _)</p> <p>Brokuły gotowane 100 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (MLE, _)</p> <p>Pomarańcza 130 g</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Pasta z ryby got(morszczuk) i warzyw 85 g (RYB, SEL, _)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Pasztet jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 100 g (GLU, JAJ, SEL, _)</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (MLE, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Indyk z Pasieki-prod blok drob.grubo rozdr, parzony w osłonce niejadalnej 70 g</p> <p>Salatka z pomidorów- dieta 100 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (MLE, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU, _)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)</p>
PN	<p>Szynka ze spiżarni -produkt wieprz ,wędz, parzony 25 g (MLE, _)</p> <p>Salata zielona 15 g</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (MLE, _)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _)</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>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE, SO2, _)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.09.2024 do dnia 20.09.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

piątek	
20.09.2024	
Lekkostrawna	
Śniadanie	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE.</u>) Dżem z czarnej porzeczki o obniż zawar cukru 80 g Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU.</u>) Bułka pszenna wrocławska 50 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) pieczony 85 g (<u>RYB.</u>) Jarzyna gotowana po grecku 100 g (<u>SEL.</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 ogórków kiszonych i marchewki 70 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Bułka pszenna wrocławska 100 g (<u>GLU.</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU. MLE.</u>)
PN	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdr,parzona 50 g (<u>SOJ. SEL.</u>) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (<u>GLU.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml