

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.10.2024 do dnia 21.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	11.10.2024	12.10.2024	13.10.2024	14.10.2024	15.10.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE.) Dżem z czarnej porzeczki o obniż zawar cukru 80 g Banan 200 g Masło extra 82% 10g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 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 Serek waniliowy - homogenizowany 150 g (MLE.) Sałata lodowa z pomidorem i olejem 70 g 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	Ser biały 60 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprz,jajka i koperku 65 g (JAJ, SOJ.) Pomidor 100 g Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 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.) Sałata lodowa -dodatek 35 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 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 graham żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa selerowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Filet z ryby (morszczuk) pieczony 85 g (RYB.) Jarzyna gotowana po grecku 100 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE.) Buraczki na ciepło 100 g (GLU.) Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ryżowa 400 ml (SEL.) Pieczeń z fileta indyka 75 g Sos pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE.) Surówka z jarzyn-lekka 110 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL.) Makaron 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 gotowane b/skóry 250 g Jarzynka gotowana 100 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ.) Sałatka z pomidorów- dieta 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Parówka z szynki-kielbasa wieprzowa homog.wędzona,parzona 110 g Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Szynka Michałowej prod wieprz,wędz,parz z dod wody 70 g (SOJ.) Bukiet królewski (march,brok,kałaf) gotowany 100 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z ryby got(morszczuk) i warzyw 85 g (RYB, SEL.) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ.) Sałatka jarzynowa -dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdr,parzona 50 g (SOJ, SEL.) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (GLU.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	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 wrocl. 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 wrocl. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.10.2024 do dnia 21.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	środa	czwartek	piątek	sobota
	16.10.2024	17.10.2024	18.10.2024	19.10.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Twarożek z miodem 80 g (MLE) Jabłko 150 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	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE) Polewica Wiśnowa- schab wieprz wędz.parzony z dodat wody 50 g (GLU, SOJ) Salata zielona 35 g 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	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ) Salata zielona 35 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	Polewica Sopocka wieprz wędz.parz 70 g Bukiet królewski (march,brok,kałaf) gotowany 100 g Babka piaskowa-ciasto 50 g (GLU, JAJ, MLE) Masło extra 82% 20 g (MLE) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Gulasz jarzyno-mięsny wieprz dieta 200 ml (GLU, SEL) Marchewka gotowana 100 g 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 pietruszkowy 100 ml (GLU, MLE) Buraczki na ciepło 100 g (GLU) Ryż na sypko 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Hache rybne(morszczuk) z warzywami 100 g (RYB, SEL) Cukinia gotowana 100 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) Marchewka gotowana 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 70 g Pomidor 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 100 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% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta jarzynowo-wieprzowa 70 g (SEL) Salatka z pomidorów- dieta 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem z czarnej porzeczki 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 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	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 Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.10.2024 do dnia 21.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek
	20.10.2024	21.10.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	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 Mus z jabłka-buraka-truskawki b/cukru 100 g Masło extra 82% 20 g (MLE ,) Chleb graham żytnio-pszenney 60 g (GLU ,) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU ,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE ,)	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE ,) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE ,) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Chleb graham żytnio-pszenney 60 g (GLU ,) Bułka pszenna wrocławska 50 g (GLU ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml Masło extra 82% 10 g (MLE ,)
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL ,) Pieczeń ze schabu-dieta 70 g Sos szpinakowy 100 ml (GLU, MLE ,) Jarzynka gotowana 100 g (SEL ,) Kompot z aroni z/c 250 ml Ziemniaki z koperkiem 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL ,) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 350 g (SEL ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE ,) Cukinia gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Sałata lodowa z rukolą i olejem 50 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno,wieprz,wędzona,parzona 50 g (GLU, SOJ ,) Sałatka jarzynowa -dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL ,) Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Bułka pszenna wrocławska 100 g (GLU ,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE ,)
PN	Dżem brzoskwiniowy-dodat-o obniżonej zaw cukru 30 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (GLU ,) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE ,) Bułka pszenna wrocl. dod. 25 g (GLU ,) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml