

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.06.2024 do dnia 30.06.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	21.06.2024	22.06.2024	23.06.2024	24.06.2024	25.06.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob rozdrob, wędz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ, _) Ketchup 20 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _) Banan 200 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Polędwica Wiśnowa- schab wieprz wędz, parzony z dodatkiem białka wieprz i wody 70 g (GLU, SOJ, _) Bukiet królewski (march, brok, kalaf) z sosem majon-jog 100 g (JAJ, MLE, _) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _) Kiwi 100 g 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	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa, grubo rozdrob, wędz, parz z dodatkiem wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Szynka konserwowa wieprz -prod. blokowy parzony 50 g (SOJ, _) Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 60 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 kalafiorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Kotlet rybny z morskczuka 100 g (GLU, JAJ, RYB, _) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Ziemniaki młode 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	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL, _) Udko pieczone 220 g Sałata zielona z jogutrem 85 g (MLE, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Pejżanka z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Łazanki z kapusty białej i mięsa wieprz 350 g (GLU, _) Ketchup 20 g Pomarańcza 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL, _) Filet drobiowy pieczony 75 g Sos chrzanowy 100 ml (GLU, MLE, _) Buraczki na ciepło 100 g (GLU, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasta z jaj, kuku, groszku z majonezem 90 g (JAJ, MLE, _) Ogórek świeży-sur 50 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 50 g (SOJ, SEL, _) Dżem brzoskwiinowy o obniżonej zawartości cukru 30 g Papryka świeża 50 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Paszтет drobiowy Ciechanowski z dodatkiem wieprz pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (MLE, _) Rzodkiewka -sur 50 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	Paprykarz szczeciński 75 g (RYB, _) Brzoskwinia 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
PN	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, SO2, _) 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	Szynka Piastowska wieprz wędz, parzona 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

	środa	czwartek	piątek	sobota
	26.06.2024	27.06.2024	28.06.2024	29.06.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdz, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</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	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Arbuz 250 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	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Dżem z czarnej porzeczki o obniż zawar cukru 80 g Banana 200 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	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 70 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Salatka wiosenna z sosem winegret-pod 70 g 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>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym 170 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>_</u>) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa fasolowa z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Filet z ryby (morszczuk) smażony 95 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>RYB</u> , <u>_</u>) Sos grecki 110 ml (<u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>_</u>) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 350 g (<u>SEL</u> , <u>_</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Buraczki z cebulą 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Salata zielona 35 g Masło extra 82% 20 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>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>)	Szynka z piersią indyczą-wędliną drob, grubo rozdz, parzona 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> , <u>_</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 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>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>)	Pasta z jaja i szczypiorku 80 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>) Ogórek kiszony - sur 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>)	Parówka z szynki-kielbasa wieprzowa homog, wędzona, parzona 110 g Chrzan tarty-Polon. 30 g (<u>MLE</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>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>_</u>)
PN	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>S02</u> , <u>_</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>_</u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u> , <u>_</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser żółty gouda 25 g (<u>MLE</u> , <u>_</u>) 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	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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.06.2024 do dnia 30.06.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

niedziela	
30.06.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	Ser topiony 22,5 g (<u>MLE.</u>) Pasta z wędliny wieprz,jajka i papryki 80 g (<u>JAJ, SOJ.</u>) Ogórek świeży-sur 50 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>)
Obiad	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
Kolacja	Szyńka Michałowej wieprz,wędz,parz 70 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Bukiet królewski (march,brok,kalaf)z sosem majon-jog 100 g (<u>JAJ, MLE.</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
PN	Babka piaskowa-ciasto 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE.</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml