

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 22.10.2024 do dnia 31.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	22.10.2024	23.10.2024	24.10.2024	25.10.2024	26.10.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Papryka świeża 50 g Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE.</b> ) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata lodowa z olejem,ogórkiem kisz,kukurydzą 60 g Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Rzepa - sur dod. 50 g Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE.</b> ) Mandarynka 120 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) 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 ( <b>MLE.</b> ) Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 80 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
<b>Obiad</b>	Zupa zacierkowa 400 ml ( <b>GLU. SEL.</b> ) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 80 g Sos koperkowy 100 ml ( <b>GLU. MLE.</b> ) Surówka z marchewki,selera i jabłka z olejem 100 g ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zalawajka z ziemniakami 400 g ( <b>MLE. SEL.</b> ) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g ( <b>GLU. SEL.</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Bitka z szynki wieprz w sosie własnym 160 g ( <b>GLU.</b> ) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Kotlet rybny z morskczuka 100 g ( <b>GLU. JAJ. RYB.</b> ) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU. MLE. SEL.</b> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Kompot z aroni z/c 250 ml
<b>Kolacja</b>	Paprykarz rybno(morskczuk)-warzywny 90 g ( <b>RYB. SEL.</b> ) Gruszka 150 g Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )	Ser żółty gouda 70 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z soczewicy 100 g ( <b>GLU. JAJ.</b> ) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z jaja,kuku,groszku z majonezem 90 g ( <b>JAJ. GOR.</b> ) Pomidor 70 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )	Kurczak got-prod drob,grubo rozdrob z dodat biał wieprz,parz,w osłonce niejadalnej 70 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem brzoskwinowy o obniż zawar cukru 30 g Sałata zielona 35 g Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU.</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU.</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE.</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU. MLE.</b> )
<b>PN</b>	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <b>SOJ.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Dżem truskawkowy- dod- o obniż zawar cukru 25 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g ( <b>MLE.</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE.</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU.</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU. JAJ. MLE. SOJ.</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml



**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 22.10.2024 do dnia 31.10.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

czwartek	
31.10.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Twarożek z rzodkiewką 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Gruszka 150 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g ( <b>GLU, _</b> ) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Indyk z Pasieki-prod blok drob, grubo rozdr, parzony w osłonce niejadalnej 70 g Salatka jarzynowa -podst 100 g ( <b>JAJ, SEL, GOR, _</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SO2, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml