

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.01.2024 do dnia 30.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	21.01.2024	22.01.2024	23.01.2024	24.01.2024	25.01.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Parówka z piersią z indyka-kiełdrob rozdrob,wędz,parz w ostonce niejadalnej 110 g Pomidor 50 g Banan 150 g Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>)	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony - sur 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka,średno rozdrobniony,parzony w ostonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Pieczeń ze schabu-dieta 70 g Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>) Jarzynka gotowana 100 g (<u>SEL</u>) Kompot z aroni z/c 250 ml Ziemniaki 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 350 g (<u>SEL</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>) Brokuły gotowane 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 70 g Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>) Surówka z marchewki,selera i jabłka z olejem 100 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u>) Cukinia gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bitka schabowa-wieprz gotowana 70 g Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Bukiet królewski (march,brok,kalaf) gotowany 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Kielbasa szynkowa z kurczaka grubo rozdrob,parzona 50 g Sałata zielona 35 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobnio,wieprz,wędzona,parzona 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u>) Sałatka jarzynowa -dieta 100 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>)	Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 70 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u>) Mandarynka 100 g Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>)	Twarożek 80 g (<u>MLE</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>)	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL</u>) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u>)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.01.2024 do dnia 30.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	26.01.2024	27.01.2024	28.01.2024	29.01.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Banan 150 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka z piersią z indyka-kieł drob rozdrob,wędz,parz w osłonce niejadalnej 110 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Poładwica Wiśnowa- schab wieprz wędz,parzony z dodat białka wieprz i wody 70 g (GLU, SOJ) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Mandarynka 100 g Masło extra 82% 20 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz,wędz,parz 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL) Hache rybne(morszczuk) z warzywami 100 g (RYB, SEL) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki 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) Jarzynka gotowana 100 g (SEL) Kompot z aroni z/c 250 ml Jabłko 150 g	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL) Udko gotowane b/skóry 250 g Marchewka w sosie własnym 110 g (GLU) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Pejzanka z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL) Hache wieprzowe z warzywami 90 g (SEL) Sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE) Cukinia gotowana 100 g Makaron 180 g (GLU) Kompot z aroni z/c 250 ml Pomarańcza 1/2 szt 100 g
Kolacja	Pasta z jaja i koperku 70 g (JAJ, MLE) Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdr,parzona 50 g (SOJ, SEL) Dżem brzoskwinowy-dod 30 g Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Kiełbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (GLU, SOJ) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 20 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (MLE) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.01.2024 do dnia 30.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

wtorek	
30.01.2024	
Lekkostrawna	
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE) Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 50 g (SOJ) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wroclawska 125 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy pieczony 75 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Buraczki na ciepło 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasta z ryby got(morszczuk) i warzyw 70 g (RYB, SEL) Jabłko 150 g Bułka pszenna wroclawska 125 g (GLU) Masło extra 82% 20 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)