

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 31.12.2023 do dnia 10.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	31.12.2023	01.01.2024	02.01.2024	03.01.2024	04.01.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Parówka z piersią z indyka-kiełdrob rozdrob, wędz, parz w osłonce niejadalnej 110 g Pomidor 50 g Banan 150 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,)	Szynka Piastowska wieprz wędz, parzona 50 g (SOJ,) Jajko gotowane kl S 1szt 50 g (JAJ,) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE,) Twarożek 80 g (MLE,) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE,) Śniadaniwa drobiwa-prod drobiowy parzony 50 g Mandarynka 150 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatku 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 Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE,) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL,) Pieczeń ze schabu-dieta 70 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL,) Cukinia gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml Ziemniaki 200 g	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, SEL,) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 70 g Sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE,) Surówka z marchewki, selera i jabłka z olejem 100 g (SEL,) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL,) Risotto z mięsa wieprz i warzywo 300 g (SEL,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE,) Jabłko 150 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE, SEL,) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (GLU, SEL,) Cukinia gotowana 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL,) Bitka schabowa-wieprz gotowana 70 g Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL,) Marchewka gotowana 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 (MLE,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno, wieprz, wędzon a, parzona 50 g (GLU, SOJ,) Sałatka jarzynowa -dieta 100 g (JAJ, MLE, SEL,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,)	Pasta z ryby got(morszczuk) i warzyw 70 g (RYB, SEL,) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,)	Twarożek 80 g (MLE,) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Kawa inka z mlekiem 250 ml (GLU, MLE,)	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 90 g (GLU, JAJ, SEL,) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 31.12.2023 do dnia 10.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	05.01.2024	06.01.2024	07.01.2024	08.01.2024
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u> ,) Banan 150 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz,wędz,parz 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,) Jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Sałata zielona 35 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Poładwica Wiśniowa-mielona schab wieprz, wędz,parz z dodat białka wieprz i wody 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,) Jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Mandarynka 150 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz,wędz,parz 50 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Filet z ryby (morszczuk) pieczony 75 g (<u>RYB</u> ,) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Gulasz wieprzowy dieta 200 g (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u> ,) Jarzynka gotowana 100 g (<u>SEL</u> ,) Kompot z aroni z/c 250 ml Jabłko 150 g	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> ,) Udko gotowane b/skóry 250 g Marchewka gotowana 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Pejzanka z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Hache wieprzowe z warzywami 90 g (<u>SEL</u> ,) Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,) Cukinia gotowana 100 g Makaron 180 g (<u>GLU</u> ,) Banan 150 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasta z jaja i koperku 70 g (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,) Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdr,parzona 50 g (<u>SOJ</u> , <u>SEL</u> ,) Dżem dodatek 30 g Pomidor 50 g Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr,wędz,parzona w oslonce niejadalnej 70 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> ,) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,)	Twarożek z dżemem 85 g (<u>MLE</u> ,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU</u> ,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE</u> ,) Herbata z cytryną z/c 250 ml

	wtorek	środa
	09.01.2024	10.01.2024
	Lekkostrawna	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% 1 szt 10 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE) Bułka pszenna wroclawska 125 g (GLU) 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	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, MLE, SEL) Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g (GLU, JAJ) Sos szpinakowy 100 ml (GLU, MLE) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU) 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% 1 szt 20 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Galaretka z drobiu- dieta 200 g (SEL) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE) Bułka pszenna wroclawska 125 g (GLU) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)