

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.12.2023 do dnia 30.12.2023 KUCHNIA KOŃSKIE

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	21.12.2023	22.12.2023	23.12.2023	24.12.2023	25.12.2023
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Mandarynka 150 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE, SOJ.</u>) Dżem truskawkowy 80 g Banan 150 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa z kurczaka grubo rozdrob. parzona 70 g Salata zielona 35 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>MLE, SOJ.</u>) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl S 1szt 50 g (<u>JAJ, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynka Michałowej wieprz. wędz. parz 70 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>MLE, SOJ.</u>) Mandarynka 150 g Babka piaskowa-ciasto 50 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Pieczeń ze schabu-dieta 70 g Sos koperkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Brokuły gotowane 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa selerowa z makaronem 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny z morskczuka 100 g (<u>GLU, JAJ, RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Jarzyna gotowana po grecku 100 ml (<u>GLU, SEL.</u>) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiepr. i warzywami 400 g (<u>GLU, SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Buraczki na ciepło 100 g (<u>GLU, SEL.</u>) Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL.</u>) Bułka pszenna śniadaniowa 50g 50 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Banan 150 g Herbata z cytryną z/c 250 ml banany 150 g	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU, SEL.</u>) Udko gotowane b/skóry 250 g Marchewka gotowana 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynka z piersią indyczą-wędlna drob. grubo rozdr. parzona 50 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Salatka jarzynowa -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>)	Pasta z jaja i koperku 70 g (<u>JAJ, MLE, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>)	Twarożek 50 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz. wędz. parz 30 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Kawa inka z mlekiem 250 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>)	Filet z ryby(morskczuk) w warzywach 170 g (<u>RYB, SEL.</u>) Barszcz czerwony z makaronem 400 g (<u>GLU, SEL.</u>) Ryż z jabłkiem i cynamonem - wigilia 250 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>) Kompot z suszu owocowego 250 ml	Polędwica Sopocka wieprz wędz. parz 70 g Salatka jarzynowa -dieta 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL.</u>) Masło extra 82% 1 szt 20 g (<u>MLE, SOJ.</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE, SOJ.</u>) Bułka pszenna wrocławska 125 g (<u>GLU, SOJ.</u>)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.12.2023 do dnia 30.12.2023 KUCHNIA KOŃSKIE

	wtorek	środa	czwartek	piątek
	26.12.2023	27.12.2023	28.12.2023	29.12.2023
	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna	Lekkostrawna
Śniadanie	Paszтет jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 100 g (GLU, JAJ, SEL, _) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE, _) Piernik -ciasto 50 g (GLU, JAJ, MLE, _) Kiwi 100 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE, _) Twarożek z dżemem 85 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Polędwica Wiśniowa-mielona schab wieprz, wędz, parz z dodatkiem białka wieprz i wody 50 g (GLU, SOJ, _) Sałata zielona 35 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	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Jajko gotowane kl S 1szt 50 g (JAJ, _) Sałata zielona 35 g Dżem dodatek 30 g Masło extra 82% 1 szt 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Schab wieprz gotowany 70 g Sos koperkowy 100 ml (GLU, MLE, _) Buraczki na ciepło 100 g (GLU, _) Ziemniaki 190 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Gulasz jarzyno-mięsny wieprz dieta 200 ml (GLU, SEL, _) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami-dieta 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Pulpet wieprzowy 80 g (GLU, JAJ, _) Sos szpinakowy 100 ml (GLU, MLE, _) Buraczki na ciepło 100 g (GLU, _) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, _) Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Filet z ryby (morszczuk) pieczony 75 g (RYB, _) Jarzynka gotowana 100 g (SEL, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Kielbasa szynkowa z kurczaka grubo rozdrob, parzona 70 g Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Polędwica Sopocka drob z dodatkiem sur wieprz, śred rozdr, wędz, parz w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Szynka z indykiem pras z dodatkiem sur wieprz, parz 70 g (SOJ, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.12.2023 do dnia 30.12.2023 KUCHNIA KOŃSKIE

sobota	
30.12.2023	
Lekkostrawna	
Śniadanie	Polędwica Sopotcka wieprz wędz.parz 70 g Pomidor 50 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE,) Masło extra 82% 1 szt 20 g (MLE,) Bułka pszenna wrocławska 125 g (GLU,) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE,)
Obiad	Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL,) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (GLU, MLE, SEL,) Marchewka gotowana 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasta jarzynowo-wieprzowa 70 g (SEL,) Ogórek kiszony - sur 50 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