

## Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 10.02.2024 do dnia 20.02.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	10.02.2024	11.02.2024	12.02.2024	13.02.2024	14.02.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Polędwica Sopocka wieprz wędz.parz 70 g Pomidor 50 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> .) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> .)	Parówka hot-dog kielbasa drobiowa,drob rozdrob,wędz,parz,w osłonce niejadalnej 70 g ( <u>SOJ</u> .) Ćwikła z chrzanem 50 g Banan 200 g Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</u> .) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .)	Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> .) Twarożek z rzodkiewką 80 g ( <u>MLE</u> .) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 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 Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 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> .) Miód naturalny- por 50 g Kiwi 100 g Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> .) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g ( <u>GLU</u> .) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g ( <u>GLU</u> .) Surówka z selera ,jabłka i kukurydzy z majonezem 110 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>SEL</u> .) Gołąbki z mięsem wieprz z ryżem i kapustą b/zawijania 250 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</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> .) Sałatka z ogórków kiszonych z cebulką 110 g Kompot z aroni z/c 250 ml Ziemniaki 200 g Filet z ryby (morszczuk) pieczony 75 g ( <u>RYB</u> .) Ziemniaki 200 g
Kolacja	Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g ( <u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> .) Papryka konserwowa 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa z kurczaka grubo rozdrob,parzona 50 g Sałata zielona 35 g Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno,wieprz,wędzona,parzona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> .) Sałatka jarzynowa -podst 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE</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 Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU</u> , <u>MLE</u> .)	Ser żółty gouda 70 g ( <u>MLE</u> .) Papryka konserwowa 50 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g ( <u>GLU</u> .) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g ( <u>GLU</u> .) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> .)	Dżem - dodatek 25 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> .)	Babka piaskowa-ciasto 50 g ( <u>GLU</u> .)	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 20 g ( <u>GLU</u> , <u>SOJ</u> .) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .)	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <u>MLE</u> .) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <u>GLU</u> .) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE</u> .)

	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	15.02.2024	16.02.2024	17.02.2024	18.02.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	<p>Płatki owsiane na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Twarożek z koperkiem 80 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Banan 200 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Parówka z piersią z indyka-kieł drob rozdrob, wędz, parz w osłonce niejadalnej 90 g</p> <p>Ćwikła z chrzanem 50 g</p> <p>Jogurt owocowy 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Półdewica Wiśnowa- schab wieprz wędz, parzony z dodat białka wieprz i wody 70 g (<b>GLU, SOJ, _</b>)</p> <p>Jogurt owocowy 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Mandarynka 100 g</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Bitka schabowa w sosie własnym 160 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Salatka z kapusty czerwonej z olejem 100 g</p> <p>Ziemniaki 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Filet z ryby (morszczuk) smażony 95 g (<b>GLU, JAJ, RYB, _</b>)</p> <p>Buraczki z jabłkiem 100 g</p> <p>Ziemniaki 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Fasolka po bretońsku 300 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Udka pieczone 220 g</p> <p>Marchewka z groszkiem oprószana * 100 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Ziemniaki 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Paszтет z soczewicy 100 g (<b>GLU, JAJ, _</b>)</p> <p>Rzepa - sur dod. 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Pasta z jaja, kuku, groszku z majonezem 70 g (<b>JAJ, MLE, _</b>)</p> <p>Ogórek kiszony - sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Szynka z piersią indyczą-wędliną drob, grubo rozdr, parzona 50 g (<b>SOJ, SEL, _</b>)</p> <p>Dżem brzoskwiowy-dod 30 g</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>	<p>Paszтет drobiowy Ciecchanowski z dod wiep pieczony 65 g (<b>GLU, JAJ, SOJ, MLE, _</b>)</p> <p>Ogórek kiszony - sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>
PN	<p>Dżem wiśniowy-por 25g 25 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p>	<p>Ser topiony 22,5 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU, JAJ, MLE, _</b>)</p>	<p>Ser żółty gouda 25 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p>

	poniedziałek	wtorek
	19.02.2024	20.02.2024
	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz,wędz,parz 50 g (<b>GLU, SOJ, _</b>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na mleku 400 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p> <p>Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 50 g (<b>SOJ, _</b>)</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Pejzanka z ziemnakami 400 ml (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Łazanki z kapusty białej i mięsa wieprz 350 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Ketchup 35 g</p> <p>Pomarańcza 1/2 szt 100 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)</p> <p>Filet drobiowy pieczony 75 g</p> <p>Sos jarzynowy 100 ml (<b>GLU, MLE, SEL, _</b>)</p> <p>Buraczki na ciepło 100 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Ziemniaki 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Rzodkiewka -sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Paprykarz szczeciński 75 g (<b>RYB, _</b>)</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<b>GLU, _</b>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
PN	<p>Szynka Piastowska wieprz wędz,parzona 25 g (<b>SOJ, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p>	<p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<b>MLE, _</b>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<b>GLU, _</b>)</p>