

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.01.2024 do dnia 20.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	11.01.2024	12.01.2024	13.01.2024	14.01.2024	15.01.2024	16.01.2024	17.01.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Mandarynka 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE, _) Dżem truskawkowy 80 g Banan 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE, _) Kiełbasa szynkowa z kurczaka grubo rozdrob, parzona 70 g Salata zielona 35 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynka Piastowska wieprz wędz, parzona 70 g (SOJ, _) Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE, _) Salata zielona 35 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE, _) Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE, _) Twarożek z dżemem truskawkowym 85 g (MLE, _) Banan 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (GLU, _) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (GLU, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa fasolowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL, _) Kotlet rybny z morskczuka 100 g (GLU, JAJ, RYB, _) Sos grecki 100 ml (GLU, SEL, GOR, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Risotto z mięsa wieprz i warzyw 300 g (SEL, _) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE, _) Buraczki z cebulą 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ryżowa 400 ml (SEL, _) Pieczeń z fileta indyka w sosie własnym 175 g (GLU, _) Surówka z jarzyn-lekka 110 g (SEL, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 g (GLU, MLE, SEL, _) Makaron z serem białym i musem owocowy 350 g (GLU, MLE, _) Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, SEL, _) Udko pieczone 220 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Gulasz pieczarkowo-mięsny 200 g (GLU, MLE, _) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (MLE, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob, grubo rozdr, parzona 50 g (SOJ, SEL, _) Salatka jarzynowa -podst 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Pasta z jaja i szczypiorku 90 g (JAJ, MLE, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Ser topiony 45 g (MLE, _) Filet królewski z indykiem-prod blokowy z dodat wieprz, wędz, parz 30 g (GLU, SOJ, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Parówka z szynki-kiełbasa wieprzowa homog, wędzona, parzona 110 g Ćwikła z chrzanem 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Pasta z ryby got(morskczuk) i warzyw 70 g (RYB, SEL, _) Mandarynka 100 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kiełbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdr, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU, SOJ, _) Salatka jarzynowa -podst 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Paszтет z ciecierzycy 80 g (GLU, JAJ, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.01.2024 do dnia 20.01.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	czwartek	piątek	sobota
	18.01.2024	19.01.2024	20.01.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Szynka Piastowska wieprz wędz.,parzona 50 g (SOJ, _) Sałata zielona 35 g Mandarynka 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ, _) Dżem truskawkowy- dod 30 g Rzepa - sur dod. 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Półdewica Sopocka wieprz wędz.,parz 70 g Pomidor 50 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, _) 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 rybny(morszczuk) w cieście 110 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, _) Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL, _) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (GLU, MLE, SEL, _) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (GLU, _) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynka z indykiem pras z dod sur wieprz.,parz 70 g (SOJ, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, _) Ogórek kiszony - sur 50 g Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszany pszenno-żytni 85 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenno 40 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml