

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	11.06.2024	12.06.2024	13.06.2024	14.06.2024	15.06.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<u>JAJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Papryka świeża 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Twarożek z miodem 80 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Truskawki świeże 120 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Szynka Piastowska wieprz wędz.parzona 50 g (<u>SOJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Ogórek świeży-sur 50 g</p> <p>Arbuz 180 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Pasta z jają,rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Salata zielona 35 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Polewica Sopocka wieprz wędz.parz 70 g</p> <p>Bukiet królewski (march,brok,kalaf)z sosem majon-jog 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Babka piaskowa-ciasto 50 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p>
Obiad	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Udko pieczone 220 g</p> <p>Mizeria z ogórka św i jogurtu 100 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Gulasz węgierski z wieprz i warzywami 250 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Buraczki z chrzanem 100 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p> <p>Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p>	<p>Zupa pieczarkowa z makaronem 400 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Filet rybny(morszczuk) w cieście 110 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>RYB</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Surówka z kapusty białej z olejem 120 g</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>	<p>Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml (<u>GLU</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Potrąwka drobiowa z warzywami 200 g (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Surówka z selera, jabłka i kukurydzy z majonezem 110 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem 200 g</p> <p>Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdz,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Salatka jarzynowa -podst 100 g (<u>JAJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>,<u> </u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p>	<p>Paszтет z ciecierzycy 100 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Salatka wiosenna z sosem winegret-pod 70 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p>	<p>Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozdz,parzona 70 g (<u>SOJ</u>, <u>SEL</u>,<u> </u>)</p> <p>Pomidor 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p>	<p>Twarożek z koperkiem 80 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Truskawki świeże 120 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>	<p>Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g (<u>GLU</u>, <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Ogórek kiszony - sur 50 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
PN	<p>Dżem z czarnej porzeczki o obniż zawar cukru 25 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno,wieprz,wędzon a,parzona 25 g (<u>GLU</u>, <u>SOJ</u>,<u> </u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Ser topiony 22,5 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Miód naturalny- por 25 g</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>	<p>Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>,<u> </u>)</p> <p>Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>,<u> </u>)</p> <p>Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.06.2024 do dnia 20.06.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	16.06.2024	17.06.2024	18.06.2024	19.06.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob rozdrob, wędz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g (SOJ, _) Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 100 g Banan 200 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Twarożek z rzodkiewką 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE, _) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ, _) Ogórek świeży-sur 50 g Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE, _) Śniadaniowa drobiowa-prod z kurczaka, średno rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 60 g Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (GLU, _) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g (GLU, _) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL, _) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiepr. i warzywami 400 g (GLU, SEL, _) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE, _) Surówka z rzepy i kukurydzy z sosem jog-majon 100 g (JAJ, MLE, _) Kompot z aroni z/c 250 ml	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 z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zalewajka z ziemniakami 400 g (MLE, SEL, _) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g (GLU, SEL, _) Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa, grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Papryka świeża 50 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno, wieprz, wędzona, parzona 50 g (GLU, SOJ, _) Sałatka jarzynowa -podst 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 90 g (RYB, SEL, _) Truskawki świeże 120 g Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Ser żółty gouda 70 g (MLE, _) Papryka świeża 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb miesznny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Dżem brzoskwiniowy-dodat-o obniżonej zaw cukru 30 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE, SO2, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 20 g (GLU, SOJ, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Dżem truskawkowy- dod- o obniż zawar cukru 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11.06.2024 do dnia 20.06.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

czwartek	
20.06.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	Płatki 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 Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Bitka z szynki wieprz w sosie własnym 160 g (GLU, _) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Pasztet z soczewicy 100 g (GLU, JAJ, _) Rzepa - sur dod. 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
PN	Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml