

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 12.03.2024 do dnia 21.03.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	12.03.2024	13.03.2024	14.03.2024	15.03.2024	16.03.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, SOJ.) Szynka konserwowa wieprz -prod.blokowy parzony 50 g (SOJ.) Salata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdz.wędz.parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU, SOJ.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Makaron na mleku 400 ml (GLU, MLE.) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE.) Mandarynka 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE.) Dżem truskawkowy 80 g Banan 200 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz.parz z dodat wody i białka wieprz 70 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Salata zielona 35 g Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej 400 ml (GLU, SEL.) Filet drobiowy pieczony 75 g Sos chrzanowy 100 ml (GLU, MLE.) Buraczki na ciepło 100 g (GLU.) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 400 ml (GLU, 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	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (GLU.) Fasolka szparagowa z bulka 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 (SEL, GOR.) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL.) Risotto z ryżu brąz,miesa wieprz i warzyw 350 g (SEL.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU, MLE.) Buraczki z cebulą 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Paprykarz szczeciński 75 g (RYB.) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Galaretką drobiowa z jajkiem 200 g (JAJ, SEL.) Cytryna 25 g Salata zielona 35 g Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Szynka z piersią indyczą-wędliną drob.grubo rozdr.parzona 50 g (SOJ, SEL.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Pasta z jaja i szczypiorku 70 g (JAJ, MLE.) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 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.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)
PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bulka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Salatka jarzynowa -podst 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Bulka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser żółty gouda 25 g (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bulka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bulka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 12.03.2024 do dnia 21.03.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	17.03.2024	18.03.2024	19.03.2024	20.03.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Szynka Michałowej wieprz.wędz.parz 70 g (GLU, SOJ.) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE.) Bukiet królewski (march,brok,kałaf)z sosem majon-jog 100 g (JAJ, MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Ryż na mleku 400 ml (MLE.) Paszтет drobiowy Ciecchanowski z dod wiep pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE.) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE.) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE.) Twarożek z miodem 80 g (MLE.) Banan 200 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	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 ziemnakami 400 g (GLU, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarn.z serem białym i musem owocowym 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	Parówka z szynki-kielbasa wieprzowa homog.wędzona,parzona 110 g Chrzan tarty-Polon. 36 g (MLE.) Masło extra 82% 20 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)	Pasta z ryby(śledź),jaja, ogórka kisz,cebuli 100 g (GLU, JAJ.) Mandarynka 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa 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% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z ciecierzycy 100 g (GLU, JAJ.) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE.) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g (GLU.) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU.) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE.)
PN	Babka piaskowa-ciasto 50 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Poleđwica Wiśnowa- schab wieprz wędz,parzony z dodat białka wieprz i wody 25 g (GLU, SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Poleđwica Sopocka drob z dodat sur wieprz,śred rozdr.wędz,parz w osłonce niejadalnej 25 g (SOJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU.) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospis dla kuchni za okres od dnia 12.03.2024 do dnia 21.03.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

czwartek	
21.03.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Szynka Piastowska wieprz wędz, parzona 50 g (SOJ, _) Ogórek świeży-sur 50 g Mandarynka 100 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Zraz mielony wieprzowy w sosie własnym 170 g (GLU, JAJ, _) Buraczki z chrzanem 100 g (MLE, _) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU, _) Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob, grubo rozdr, parzona 70 g (SOJ, SEL, _) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)
PN	Ser topiony 22,5 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml