

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.07.2024 do dnia 31.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	21.07.2024	22.07.2024	23.07.2024	24.07.2024	25.07.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Ser topiony 22,5 g (<u>MLE</u>) Pasta z wędliny wieprz,jajka i papryki 80 g (<u>JAJ, SOJ</u>) Ogórek świeży-sur 50 g Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE</u>)	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g (<u>GLU, JAJ, SOJ, MLE</u>) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (<u>GLU, MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (<u>JAJ</u>) Pomidor 100 g Rukola cięta 10 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Twarożek z miodem 80 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 130 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU, MLE</u>) Szynka Piastowska wieprz wędz,parzona 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 35 g Arbuz 250 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa ryżowa 400 ml (<u>SEL</u>) Pieczeń z fileta indyka w sosie własnym 175 g (<u>GLU</u>) Surówka z jarzyn-lekka 110 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami 400 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarn.z serem białym i musem jabłkowym 350 g (<u>GLU, MLE</u>) Kompot z aroni z/c 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (<u>GLU, SEL</u>) Udko pieczone 220 g Mizéria z ogórka św i jogurtu 100 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Gulasz węgierski z wieprz i warzywami 250 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 100 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>) Klops wieprzowo-drobiowy got 100 g (<u>GLU, JAJ</u>) Buraczki z chrzanem 100 g (<u>MLE</u>) Kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>) Kompot z aroni z/c 250 ml Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE</u>)
Kolacja	Szynka Michałowej wieprz,wędz,parz 70 g (<u>GLU, SOJ</u>) Bukiet królewski (march,brok,kalaf)z sosem majon-jog 100 g (<u>JAJ, MLE</u>) Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 20 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z ryby(śledź),jaja, ogórka,cebuli 90 g (<u>GLU, JAJ</u>) Pomarańcza 130 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd,wędz,parzona w osłonce niejadalnej 70 g (<u>GLU, SOJ</u>) Sałatka z papryki świeżej i cebuli 100 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z ciecierzycy 100 g (<u>GLU, JAJ</u>) Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 70 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE</u>)	Szynka z piersią indyczą-wędlina drob,grubo rozd,parzona 70 g (<u>SOJ, SEL</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u>) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<u>GLU</u>) Kawa mleczna 250 ml (<u>GLU, MLE</u>)
PN	Babka piaskowa-ciasto 50 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Poledwica Wiśnowa- schab wieprz wędz,parzony z dodat białka wieprz i wody 25 g (<u>GLU, SOJ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Baton szynk z kur-produkt drob,średnio rozd,parz,w osłonce niejadalnej 25 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g (<u>MLE</u>) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (<u>GLU</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.07.2024 do dnia 31.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	26.07.2024	27.07.2024	28.07.2024	29.07.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE, _) Pasta z jaja, rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g (JAJ, MLE, _) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Polędwica Sopocka wieprz wędz.parz 70 g Bukiet królewski (march,brok,kalafz) z sosem majon-jog 100 g (JAJ, MLE, _) Babka piaskowa-ciasto 50 g (GLU, JAJ, MLE, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)	Parówka z fileta z indyka-prod z dod białka ml,homog,wędz,parz w osłonce niejadalnej 100 g (MLE, _) Sałatka z ogórków kiszonych i marchewki 80 g Mus bananowo-jablkowy bez cukru 100 g Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 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 mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Filet rybny(morszczuk) w cieście 110 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, _) Surówka z kapusty białej z olejem 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 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, _) Surówka z selera ,jabłka i kukurydzy z majonezem 110 g (JAJ, MLE, SEL, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, MLE, SEL, _) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g (GLU, _) Fasolka szparagowa z bulka tartą 110 g (GLU, _) Ziemniaki młode z koperkiem 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL, _) Kaszotto jęczmienne z mięsem wiep. 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
Kolacja	Twarożek z koperkiem 80 g (MLE, _) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет drobiowy Ciechanowski z dod wiep pieczony 65 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, _) Ogórek świeży z koperkiem 70 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Szynkowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz,parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (MLE, _) Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobnie,wieprz,wędzona,parzona 70 g (GLU, SOJ, _) Sałatka z pomidorów i cebuli 100 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU, _) Chleb graham żytnio-pszen 60 g (GLU, _) Masło extra 82% 20 g (MLE, _) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE, _)
PN	Miód naturalny- por 25 g Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Kefir 2% 150g 1 szt Masło extra 82% 10 g (MLE, _) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g (GLU, _) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Dżem brzoskwiowy-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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 21.07.2024 do dnia 31.07.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	wtorek	środa
	30.07.2024	31.07.2024
	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza kukurydzana na mleku 400 ml (MLE) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g (JAJ) Papryka świeża 50 g Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU) Chleb mieszny 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 drobiwa-prod z kurczaka, średno rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Salatka wiosenna z sosem winegret-pod 60 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	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 młode 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	Paprykarz rybno(morszczuk)-warzywny 90 g (RYB, SEL) Brzoskwinia 130 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (GLU) Masło extra 82% 10 g (MLE) Kawa mleczna 250 ml (GLU, MLE)	Ser żółty gouda 70 g (MLE) Ogórek świeży z koperkiem 70 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
PN	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozdz, 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