

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	22.03.2024	23.03.2024	24.03.2024	25.03.2024	26.03.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Pasta z jaj, rzodkiewki i szczypiorku z sosem jog-maj 80 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Sałata zielona 35 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Poledwica Sopotka wieprz wędz, parz 70 g Bukiet królewski (march, brok, kalaf) z sosem majon-jog 100 g ( <u>JAJ, MLE, _</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )	Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob rozdrob, wędz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g ( <u>SOJ, _</u> ) Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 100 g Banan 200 g Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> )	Makaron na mleku 400 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Twarożek z rzodkiewką 80 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml ( <u>MLE, _</u> ) Jajko gotowane kl M 1szt 50 g ( <u>JAJ, _</u> ) Ogórek kiszony - sur 50 g Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zupa dyniowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Filet rybny (morszczuk) w cieście 110 g ( <u>GLU, JAJ, RYB, MLE, _</u> ) Surówka z kapusty kiszonej 120 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Krupnik z kaszy z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami 200 g ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Surówka z selera, jabłka i kukurydzy z majonezem 110 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, _</u> ) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml ( <u>GLU, MLE, SEL, _</u> ) Pieczeń ze schabu w sosie własnym 170 g ( <u>GLU, _</u> ) Fasolka szparagowa z bułką tartą 110 g ( <u>GLU, _</u> ) Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ) Gołąbki z mięsem wieprz z ryżem i kapustą b/zawijania 300 g ( <u>GLU, JAJ, _</u> ) Sos pomidorowy 100 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> ) Brokuły gotowane 100 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa zacierkowa 400 ml ( <u>GLU, SEL, _</u> ) Mięso z udźca z kurczaka pieczone 70 g Sos koperkowy 100 ml ( <u>GLU, 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
Kolacja	Twarożek z koperkiem 80 g ( <u>MLE, _</u> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет drobiowy Ciecchanowski 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 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) 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 ( <u>MLE, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kielbasa krakowska wieprz grubo rozdrobno, wieprz, wędzona, parzona 50 g ( <u>GLU, SOJ, _</u> ) Sałatka jarzynowa -podst 100 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR, _</u> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Masło extra 82% 20 g ( <u>MLE, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )	Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 90 g ( <u>RYB, SEL, _</u> ) Mandarynka 100 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU, _</u> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <u>GLU, _</u> ) Masło extra 82% 10 g ( <u>MLE, _</u> ) Kawa mleczna 250 ml ( <u>GLU, MLE, _</u> )
PN	Miód naturalny- por 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	Jogurt deserowy z owocami 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	Dżem - dodatek 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	Babka piaskowa-ciasto 50 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, _</u> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Kielbasa szynkowa wieprzowa grubo rozd, wędz, parzona w osłonce niejadalnej 20 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

## Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 22.03.2024 do dnia 31.03.2024 KUCHNIA KOŃSKIE

	środa	czwartek	piątek	sobota
	27.03.2024	28.03.2024	29.03.2024	30.03.2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml ( <b>MLE, _</b> ) Śniadaniowa drobiwa-prod z kurczaka, średnio rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka wiosenna z sosem winegret-pod 60 g Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Szykowa dębowa kielbasa drobiowa ,grubo rozdrob, wędz, parz z dodat wody i białka wieprz 50 g Pomidor 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> ) Twarożek z koperkiem 80 g ( <b>MLE, _</b> ) Banan 200 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Parówka hot-dog kielbasa drobiowa, drob rozdrob, wędz, parz, w osłonce niejadalnej 70 g ( <b>SOJ, _</b> ) Ketchup 20 g Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Jabłko 150 g Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml
Obiad	Zalewajka z ziemniakami 400 g ( <b>MLE, SEL, _</b> ) Makaron z sosem bolonese z wieprz 350 g ( <b>GLU, SEL, _</b> ) Surówka z rzepy i kapusty pekińskiej z olejem 120 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Bitka z szynki wieprz w sosie własnym 160 g ( <b>GLU, _</b> ) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Kotlet rybny z morskczuka 100 g ( <b>GLU, JAJ, RYB, _</b> ) Buraczki z jabłkiem 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z aroni z/c 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, _</b> ) Fasolka po bretońsku 300 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Kompot z aroni z/c 250 ml
Kolacja	Ser żółty gouda 70 g ( <b>MLE, _</b> ) Papryka konserwowa 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Paszтет z soczewicy 100 g ( <b>GLU, JAJ, _</b> ) Rzepa - sur dod. 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną z/c 250 ml	Pasta z jaja, kuku, groszku z majonezem 70 g ( <b>JAJ, MLE, _</b> ) Ogórek kiszony - sur 50 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Chleb miesny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )	Szynka z piersią indyczą-wędliną drob, grubo rozdr, parzona 50 g ( <b>SOJ, SEL, _</b> ) Dżem brzoskwiniowy-dod 30 g Pomidor 50 g Chleb miesny pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, _</b> ) Chleb graham żytnio-pszenno 60 g ( <b>GLU, _</b> ) Masło extra 82% 20 g ( <b>MLE, _</b> ) Kawa mleczna 250 ml ( <b>GLU, MLE, _</b> )
PN	Dżem - dodatek 25 g Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt ( <b>MLE, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ser topiony 22,5 g ( <b>MLE, _</b> ) Masło extra 82% 10 g ( <b>MLE, _</b> ) Bułka pszenna wrocł. dod. 25 g ( <b>GLU, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml	Ciasto drożdżowe z serem 50 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, _</b> ) Herbata z cytryną b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 22.03.2024 do dnia 31.03.2024 KUCHNIA KOŃSKIE**

niedziela	
31.03.2024	
Podstawowa	
Śniadanie	<p>Żurek z jajkiem i kielbasą wieprz. 400 g (<b>JAJ, MLE, _</b>)            Jogurt deserowy z owocami 150g 1 szt (<b>MLE, _</b>)            Chrzan tarty-Polon. 30 g (<b>MLE, _</b>)            Kiwi 100 g            Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)            Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)            Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU, _</b>)            Herbata z cytryną z/c 250 ml</p>
Obiad	<p>Rosół z makaronem 400 ml (<b>GLU, SEL, _</b>)            Udka pieczone 220 g            Marchewka z groszkiem oprószana * 100 g (<b>GLU, _</b>)            Ziemniaki 200 g            Kompot z aroni z/c 250 ml</p>
Kolacja	<p>Pasztet jarzynowo-drobiowy-wieprz dieta 80 g (<b>GLU, JAJ, SEL, _</b>)            Ser żółty gouda 25 g (<b>MLE, _</b>)            Ogórek kiszony - sur 50 g            Masło extra 82% 20 g (<b>MLE, _</b>)            Chleb graham żytnio-pszenny 60 g (<b>GLU, _</b>)            Chleb mieszny pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, _</b>)            Kawa mleczna 250 ml (<b>GLU, MLE, _</b>)</p>
PN	<p>Babka piaskowa-ciasto 50 g (<b>GLU, JAJ, MLE, _</b>)            Herbata z cytryną b/cukru 250 ml</p>