

**Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA OGÓLNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2023-11-11	2023-11-12	2023-11-13	2023-11-14	2023-11-15	2023-11-16	2023-11-17
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Jajka gotowane 50 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Pomidor 50 g Polędwica sopocka 30 g	Kluski lane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g Miód 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Filet z indyka wędzony 30 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ser twardy 30 g Ogórek kiszony 50 g	Kluski lane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Parówki drobiowe 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ketchup 20 g	Makaron na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Jajka gotowane 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Szynka z drobiu 30 g Papryka 50 g	Ryż na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Filet z indyka wędzony 30 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Twaróg krajanka z mlekiem 100 g Dżem 25 g	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ketchup 20 g Ogórek świeży 50 g
<b>Obiad</b>	Szpinakowa z ryżem 350 ml Kotlet pożarski 90 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Żurek z kefirem 350 ml Schab duszony /dieta/ 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Mizeria ze śmietaną 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml Pieczeń rzymska 80 g Ziemniaki 200 g Brokuł gotowany 120 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Fasolowa zasmażana 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie 80 g Ryż 175 g Surówka z selera, marchwi i pora z olwą 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml Stek wieprzowy 85 g Ziemniaki 200 g Salatka z kapusty czerwonej z majonezem 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Ogórkowa 350 ml Schab gotowany w sosie /dieta/ 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Buraki z jabłkami 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Krupnik z płatków 350 ml Ryba po grecku 180 g Ziemniaki 200 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	Masło 10 g Kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ketchup 20 g	Masło 10 g Jabłko 150 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Sałata 8 g Kielbasa rawska 50 g	Masło 10 g Polędwica sopocka 50 g Sałata 8 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Herbata z cukrem 300 ml Serek homogenizowany owocowy 150 g	Masło 10 g Ser topiony plasterki 32,5 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Kielbasa rawska 30 g Pomidor 50 g	Masło 10 g Pasta z drobiu i warzyw 80 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek kiszony 50 g Rzodkiewka 20 g	Masło 10 g Kielbasa żywiecka 50 g Chleb razowy 50 g Salatka jarzynowa 150 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g Chleb zwykły 70 g	Masło 10 g Ser topiony 2 szt 35 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g Szynka wędzona gotowana 30 g

**Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2023-11-11 do dnia 2023-11-20 KUCHNIA OGÓLNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek
	2023-11-18	2023-11-19	2023-11-20
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml Kakao 300 ml Serek wiejski 150 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Dżem 25 g	Zacierka na mleku ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Serek fromage 80 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Rzodkiewka 20 g Baleron 30g 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Filet z indyka wędzony 30 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Serek wiejski 150 g Pomidor 50 g
Obiad	Selerowa z ziemniakami 350 ml Kotlet mielony wieprzowy 90 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Pomidorowa z ryżem 350 ml Filet drobiowy panierowany 110 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa z marchwi 350 ml Medalion z karkówki z cebulą 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Masło 10 g Polędwica sopocka 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Papryka 50 g Jogurt naturalny 150 g	Masło 10 g Jajka gotowane 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Kielbasa rawska 50 g Sałata 8 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Kielbasa żywiecka 30 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ogórek świeży 50 g Ser topiony 2 szt 35 g Jogurt naturalny 150 g