

Jadłospisy dla kuchni za 3. dekadę, tj. od dnia 2023-11-21 do dnia 2023-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2023-11-21	2023-11-22	2023-11-23	2023-11-24	2023-11-25	2023-11-26	2023-11-27
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Ryż 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	Zacierka na mleku 300 ml Kakao 300 ml Twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Drożdżówka 100 g Szynka z drobiu 30 g Salata 8 g	Makaron 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 Kielbasa żywiecka 30 g Papryka 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kielbasa żywiecka 50 g Twaróg krajanka w kawałku 70 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Gruszka 150 g	Zacierka 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 Papryka 50 g Poledwica sopocka 30 g	Płatki owsiane 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	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Filet z indyka wędzony 50 g Masło 10 g Bułka grahamka 1szt 50 g Chleb zwykły 70 g Miód 25 g Pomidor 50 g
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml Udziec z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Żurek z kefirem 350 ml Kotlet mielony wieprzowy 90 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Grochowa zasmażana 350 ml Filet drobiowy duszony 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i chrzanu 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 350 ml Filety rybne panierowane 110 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Barszcz czerwony czysty 350 ml Pulpet drobiowy w sosie pomidorowym 85 g Makaron 120 g Brokuł gotowany 120 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Schab duszony /dieta 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty białej i marchwi 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Ogórkowa 350 ml Gulasz drobiowy z warzywami 200 g Ryż 175 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ogórek świeży 50 g Pasta z jaj ze szczypiorem 100 g	Masło 10 g Kielbasa rawska 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g	Masło 10 g Pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek kiszony 50 g	Masło 10 g Szynka z drobiu 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek świeży 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Musztarda 20 g	Masło 10 g Jabłko 150 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Salata 8 g Kielbasa rawska 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Blok szynkowy drobiowy 30 g Rzodkiewka 20 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Kefir 200 ml Ser twardy 30 g

Jadłospisy dla kuchni za 3. dekadę, tj. od dnia 2023-11-21 do dnia 2023-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

	wtorek	środa	czwartek
	2023-11-28	2023-11-29	2023-11-30
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	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 Szyńka z drobiu 30 g Pomidor 50 g	Ryż na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Drożdżówka 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ser twardy 50 g Sałata 8 g
Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml Filet drobiowy panierowany 110 g Ziemniaki 200 g Mizeria ze śmietaną 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml Gołąbki w sosie pomidorowym 260 g Ziemniaki 200 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Selerowa z ziemniakami 350 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Buraczki zasmażane 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pasta z ryby/Dieta 80 g Ogórek świeży 50 g	Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek kiszony 50 g Paszтет zapiekany 60 g	Masło 10 g Herbata z cukrem 300 ml Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Pasta z drobiu i warzyw 80 g Pomidor 50 g