

**Jadłospisy dla kuchni za 1. dekadę, tj. od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-10 KUCHNIA OGÓLNA**

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2023-11-01	2023-11-02	2023-11-03	2023-11-04	2023-11-05	2023-11-06	2023-11-07
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Parówki drobiowe 100 g Ketchup 20 g	Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kasza manna na mleku 300 ml Ogórek świeży 50 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Serek fromage 80 g	Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kluski lane na mleku 300 ml Kielbasa polska parzona 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ketchup 20 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Polędwica sopocka 50 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Jogurt naturalny 150 g Ogórek świeży 50 g	Ryż 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 Szcypiorek 20 g Majonez 20 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	Kasza kukurydziana 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 Jabłko 150 g
<b>Obiad</b>	Szpinakowa z ryżem 350 ml Medalion z karkówki z cebulą 80 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 350 ml Bigos ze słodkiej kapusty z mięsem 250 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml Ziemniaki 200 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml Kotlet rybny 80 g Ziemniaki 200 g Salatka z kalafiora 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Krupnik z płatków 350 ml Fasolka po bretońsku 250 g Ziemniaki 200 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml Filet drobiowy duszony 80 g Ziemniaki 200 g Szpiank oprószany 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml Sos mięsny 150 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Brukselka z bułką tartą 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml Udziec z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	Masło 10 g Jajka gotowane 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Szcypiorek 20 g Kielbasa rawska 30 g	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 Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g Twaróg krajanka w kawałku 70 g Kielbasa szynkowa drobiowa 30 g	Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g Ser twardy 30 g Paszтет zapiekany 60 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Szynka wędzona gotowana 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Papryka 50 g	Masło 10 g Kielbasa żywiecka 30 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek świeży 50 g Ser topiony 2 szt 35 g	Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Pomidor 50 g Jaja w sosie tatarskim 80 g

**Jadłospisy dla kuchni za 1. dekadę, tj. od dnia 2023-11-01 do dnia 2023-11-10 KUCHNIA OGÓLNA**

	środa	czwartek	piątek
	2023-11-08	2023-11-09	2023-11-10
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	Zacierka na mleku 300 ml Kakao 300 ml Twaróg krajanka w kawałku 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Drożdżówka 100 g Szyńka z drobiu 30 g Sałata 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 rawska 30 g Pomidor 50 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kielbasa żywiecka 50 g Ser topiony plasterki 16,3 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Jabłko 150 g
<b>Obiad</b>	Grochowa zasmażana 350 ml Leczo 250 g Ryż 175 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml Schab pieczony 80 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Selerowa z ziemniakami 350 ml Filety rybne panierowane 110 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 130 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	Masło 10 g Galaretka z kury 170 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Papryka 50 g	Masło 10 g Paszтет zapiekany 60 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek kiszony 50 g	Masło 10 g Serek fromage 80 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Herbata z cukrem 300 ml Ogórek świeży 50 g