

Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-20 KUCHNIA OGÓLNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-11-11	2024-11-12	2024-11-13	2024-11-14	2024-11-15	2024-11-16	2024-11-17
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Ser twardy 50 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Miód 25 g Sałata 8 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Sałata 8 g Drożdżówka 100 g Szynka wędzona gotowana 50 g	Makaron na mleku 300 ml Kakao 300 ml Chleb zwykły 70 g Serek wiejski 150 g Masło 10 g Papryka 100 g	Kluski lane 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 Kielbasa rawska 30 g Pomidor 100 g	Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kasza manna na mleku 300 ml Twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 150 g Masło 10 g Bułka grahamka 1szt 50 g Chleb zwykły 70 g	Ryż na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kielbasa żywiecka 50 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Pomidor 100 g	Zacierka na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Serek fromage 80 g Ogórek świeży 100 g
Obiad	Ogórkowa 350 ml Schab gotowany w sosie /dieta/ 80 g Ziemniaki 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami 350 ml Leczo/Dieta 250 g Ryż 175 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml Karkówka pieczona w sosie 80 g Kopytka 300 g Kapusta biała zasmażana 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Żurek z kefirem 350 ml Bitka drobiowa w sosie 80 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Grochowa zasmażana 350 ml Kotlet rybny 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa solferino 350 ml Schab duszony /dieta/ 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Brukselka z bułką tartą 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml Rolada mielona drobiowa w sosie 80 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Pomidor 100 g Serek homogenizowany naturalny b/c 150 g Chleb razowy 50 g Polędwica z drobiu 30 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Pasta z ryby/Dieta 80 g Chleb razowy 50 g Ogórek świeży 100 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Filet z indyka wędzony 50 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Sałata 8 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Sałatka z ryżem 150 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Ser twardy 30 g Sałata 8 g	Masło 10 g Herbata z cukrem 300 ml Paszтет zapiekany 60 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Ogórek kiszony 100 g	Herbata z cukrem 300 ml Ogórek świeży 100 g Masło 10 g Pasta z jaj ze szczypiorem 80 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Sałata 8 g Polędwica sopocka 50 g
Posiłek nocny	Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150 g	Sok pomidorowy 330 ml	Sok owocowy 200 ml	Kefir 200 ml	Gruszka 150 g	Chleb razowy 50 g Ser twardy 30 g Pomidor 50 g

Jadłospisy dla kuchni za 2. dekadę, tj. od dnia 2024-11-11 do dnia 2024-11-20 KUCHNIA OGÓLNA

	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-11-18	2024-11-19	2024-11-20
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Parówki drobiowe 100 g Ketchup 20 g	Kluski lane na mleku 300 ml Kakao 300 ml Twaróg krajanka w kawałku 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Rogal 80 g Dżem 25 g Pomidor 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Serek do smarowania 125 g Chleb zwykły 70 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Papryka 100 g
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami 350 ml Sos mięsny 150 g Makaron 120 g Brokuł gotowany 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Kurczak pieczony 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z majonezem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Szpinakowa z ryżem 350 ml Kotlet mielony z łopatki 90 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Ser twardy 50 g Sałata 8 g	Herbata z cukrem 300 ml Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa drobiowa 50 g Sałata 8 g Jajka gotowane 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Pasta z ryby wędzonej i twarogu 80 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ogórek kiszony 100 g
Posiłek nocny	Chleb razowy 50 g Szynka z drobiu 30 g Papryka 50 g	Sok owocowy 200 ml	Mandarynka 100 g