

Jadłospisy dla kuchni za 1. dekadę, tj. od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA OGÓLNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2025-09-01	2025-09-02	2025-09-03	2025-09-04	2025-09-05	2025-09-06	2025-09-07
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Kielbasa rawska 50 g Papryka 100 g Ser twardy 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml Kakao 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Rogal 80 g Twarożek ze szczypiorkiem 150 g Papryka 100 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 20 g Ser twardy 50 g Dżem 25 g Mięsa 10 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 Serek wiejski 150 g Pomidor 100 g Polędwica z drobiu 30 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 Serek do smarowania 125 g Ogórek świeży 100 g Jabłko 150 g	Ryż na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 70 g Bułka pszenna 1szt 50 g Twarożek z rzodkiewką 150 g Mięsa 10 g Miód 25 g	Zacierka na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Parówki drobiowe 100 g Ketchup 20 g Papryka 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g
Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami 350 ml Kurczak w sosie brokułowo-śmietanowym 200 g Ryż 175 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Udziec z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki 200 g Salatka z pomidorów i cebuli ze śmietaną 180 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Ogórkowa 350 ml Schab duszony /dieta 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Salatka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa wiosenna z cukinią 350 g Gołąbki w sosie pomidorowym 260 g Ziemniaki 200 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Koperkowa z makaronem 350 ml Filet rybny smażony 120 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 350 ml Szynka pieczona w sosie cebulowym 80 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Buraki z jabłkami 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Jarzynowa z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i chrzanu 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Serek fromage 80 g Salata 8 g Chleb razowy 50 g Polędwica sopocka 30 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Kielbasa szynkowa drobiowa 50 g Ogórek świeży 100 g Jajka gotowane 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Ogórek świeży 100 g Kielbasa żywiecka 30 g Jaja w sosie tatarskim 80 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g Ketchup 20 g Twaróg krajanka w kawałku 70 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Szynka wędzona gotowana 30 g Chleb zwykły 70 g Salatka z brokuła i drobiu 150 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 70 g Paszтет zapiekany 60 g Ogórek kiszony 100 g Chleb zwykły 70 g Jajka gotowane 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Serek homogenizowany naturalny b/c 150 g Ogórek świeży 100 g Szynka wędzona gotowana 50 g
Posiłek nocny	Jogurt naturalny 150 g	Sok pomidorowy 330 ml	Gruszka 150 g	Sok owocowy 200 ml	Jogurt owocowy 150 g	Koktajl truskawkowy 150 ml	Mandarynka 100 g

Jadłospisy dla kuchni za 1. dekadę, tj. od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-10 KUCHNIA OGÓLNA

	poniedziałek	wtorek	środa
	2025-09-08	2025-09-09	2025-09-10
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kielbasa żywiecka 50 g Pomidor 100 g Kefir 200 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 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 Serek wiejski 150 g Rzodkiewka 20 g Szynka z drobiu 30 g	Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Kluski lane na mleku 300 ml Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Pomidor 100 g Serek do smarowania 125 g
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml Łazanki z kapustą 320 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa grochowa 350 ml Jajka w sosie koperkowym 100 g Ziemniaki 200 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml Surówka z marchwi, selera i pietruszki z oliwą 150 g	Pomidorowa z makaronem 350 ml Stek wieprzowy z cebulką 85 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem nat. 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Twarożek ze szczypiorkiem 150 g Papryka 100 g Chleb razowy 50 g Blok szynkowy drobiowy 30 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Pasta z drobiu i warzyw 80 g Miks салат 10 g Chleb razowy 50 g	Herbata z cukrem 300 ml Masło 10 g Papryka 100 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Śledź z cebulką 110 g
Posiłek nocny	Sok pomidorowy 330 ml	Jogurt naturalny 150 g	Jabłko 150 g