

Jadłospisy dla kuchni za 3. dekadę, tj. od dnia 2025-11-21 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-11-21	2025-11-22	2025-11-23	2025-11-24	2025-11-25	2025-11-26	2025-11-27
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Bułka pszenna 1szt 50 g Chleb razowy 70 g Serek do smarowania 125 g Ogórek świeży 100 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 Chleb zwykły 70 g Paszтет zapiekany 80 g Ogórek kiszony 100 g	Makaron na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ser twardy 50 g Papryka 100 g	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Twarożek z rzodkiewką 150 g Pomidorki koktajlowe 100 g Rogal 80 g Chleb razowy 50 g Masło 10 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 Ogórek świeży 100 g Serek fromage 80 g	Ryż na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Parówki drobiowe 100 g Papryka 100 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g	Kasza manna na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Jajka gotowane 50 g Pomidor 100 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Szynka wędzona gotowana 50 g
Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml Kotlet rybny 80 g Ziemniaki 200 g Sałatka Coleslaw 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Selerowa z ziemniakami 350 ml Filet drobiowy duszony 80 g Ziemniaki 200 g Buraki z jabłkami 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Żurek z kefirem 350 ml Bitka ze schabu w sosie pieczeniowym 100 g Kasza jęczmienna na sypko 175 g Surówka z marchwi i chrzanu 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Zupa z marchwi 350 ml Kurczak w sosie szpinakowym 200 g Makaron 120 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Koperkowa z ryżem 350 ml Kotlet mielony z łopatki 90 g Ziemniaki 200 g Buraczki zasmażane 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Udziec z kurczaka pieczony 120 g Ziemniaki 200 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Kalaforowa z ziemniakami 350 ml Medalion z karkówki z cebulą 80 g Kasza gryczana na sypko 175 g Sałatka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata czarna 300 ml Masło 10 g Kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g Chleb zwykły 70 g Papryka 100 g Chleb razowy 50 g Musztarda 20 g	Herbata czarna 300 ml Masło 10 g Pomidor 100 g Serek wiejski 150 g Chleb zwykły 70 g Kielbasa żywiecka 30 g Chleb razowy 50 g	Herbata czarna 300 ml Miód 25 g Polędwica sopočka 50 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Pomidor 100 g Chleb razowy 50 g	Herbata czarna 300 ml Kielbasa szynkowa drobiowa 30 g Jajka gotowane 100 g Szcypiorek 20 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g	Herbata czarna 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Filet z indyka wędzony 50 g Miks sałat 10 g Chleb razowy 50 g Ser twardy 30 g	Herbata czarna 300 ml Pasta twarogowa z papryką 80 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Ogórek świeży 100 g	Herbata czarna 300 ml Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Śledź po łowicku 150 g Chleb razowy 50 g Papryka 100 g
Posiłek nocny	Koktajl truskawkowy b/c 150 ml	Gruszka 200 g	Sok owocowy 200 ml	Kefir 200 ml	Jogurt naturalny 150 g	Jabłko 150 g	Sok pomidorowy 330 ml

Jadłospisy dla kuchni za 3. dekadę, tj. od dnia 2025-11-21 do dnia 2025-11-30 KUCHNIA OGÓLNA

	piątek	sobota	niedziela
	2025-11-28	2025-11-29	2025-11-30
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Twaróg krajanka w kawałku 100 g Dżem 25 g Pomidor 100 g 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 Kielbasa szynkowa drobiowa 50 g Ogórek świeży 100 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g Serek wiejski 150 g	Makaron na mleku 300 ml Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 350 g Jajka gotowane 100 g Majonez 20 g Szczypiorek 20 g Masło 10 g Chleb razowy 50 g Chleb zwykły 70 g
Obiad	Zupa z soczewicy 350 g Ryba po grecku 180 g Ziemniaki 200 g Jabłko 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Ziemniaczana ze śmietaną 350 ml Pulpet drobiowy w sosie szpinakowym 85 g Ryż 175 g Surówka z marchwi, selera i pietruszki z oliwą 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami 350 ml Szynka pieczona w sosie 80 g Ziemniaki 200 g Mizeria z jogurtem nat. 150 g Kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	Herbata czarna 300 ml Sałatka z brokuła i drobiu 150 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Papryka 100 g	Herbata czarna 300 ml Kielbasa biała parzona 100 g Pomidor 100 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g	Herbata czarna 300 ml Serek homogenizowany naturalny b/c 150 g Mięso 10 g Masło 10 g Chleb zwykły 70 g Chleb razowy 50 g Połędwica z drobiu 30 g
Posiłek nocny	Jogurt naturalny 150 g	Mandarynka 100 g	Kefir 200 ml