

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	11-04-2024	12-04-2024	13-04-2024	14-04-2024	15-04-2024	16-04-2024	17-04-2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa
<b>Śniadanie</b>	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g jajko gotowane 2 szt. 100 g wędlina 30g 30 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb razowy 50g 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g ser żółty 50 g sałata zielona 20 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g wędlina 30g 30 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g miód 2 szt. 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g jajko gotowane 2 szt. 100 g wędlina 30g 30 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb razowy 50g 50 g chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g wędlina 30g 30 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
<b>II ŚN</b>							
<b>Obiad</b>	.jarzynowa z makaronem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy panierowany 110 g fasolka szparagowa gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.krupnik z płatków 400 g .ziemniaki 200 g .kotlet rybny 80 g .surówka z kapusty kiszzonej 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml .ryż 200 g .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g sos do obiadu 100 g .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.selerowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .schab gotowany w sosie 80 g sos pieczarkowy 100 g .sałatka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.ogórkowa 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g gulasz drobiowy - dieta 200 g .buraki z jabłkami 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml .ziemniaki 200 g .karkówka pieczona 80 g kapusta biała zasmażana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml sos do obiadu 100 g	.makaronowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .udziec z kurczaka pieczony 120 g .surówka z marchwi i jabłek 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .sałatka z brokula i drobiu 150 g Herbata czarna z/c 400 ml Koktajl owoce leśne 200 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .kielbasa śląska drobiowa na ciepło 100 g ketchup 20 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g pasztet zapiekany 60 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g ser topiony 50 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .pasta z ryby z ryżem 80 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g parówka 2szt 100 g ketchup 20 g Herbata czarna z/c 400 ml pomidor 100 g	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek do smarowania 80 g papryka świeża 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
<b>PN</b>		jogurt truskawkowy 150 g	banan 200 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g sałatka z soczewicą kons. 150 g	serek homogenizowany nat. 150 g	gruszka 150 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g sałata zielona 8g 8 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	18-04-2024	19-04-2024	20-04-2024	11-04-2024	12-04-2024	13-04-2024	14-04-2024
	Podstawowa	Podstawowa	Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna
Śniadanie	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g ser żółty 50 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g twaróg krajanka 70 g miód 2 szt. 50 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g jajko gotowane 2 szt. 100 g wędlina 30g 30 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml kasza kukurydziana na mleku 300 g	zacierka na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g sałata zielona 20 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek wiejski 200 g dżem owocowy 50 g kasza manna na mleku 300 g	makaron drobny na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g miód 2 szt. 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml
II ŚN							
Obiad	.barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml .kasza jęczmienna na sypko 200 g .schab pieczony 80 g sos do obiadu 100 g .sałatka coleslaw 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.grochowa zasmażana 400 g .ziemniaki 200 g .ryba po grecku 180 g kalafor gotowany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.pomidorowa z ryżem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy duszony 80 g sos do obiadu 100 g .szpinak oprószone 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	zupa ryżowa 400 ml .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g cukinia gotowana 100 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.krupnik z płatków 400 g .ziemniaki 200 g .pulpety rybne w sosie 80 g sos do obiadu 100 g szpinak gotowany - dieta 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml .ryż 200 g .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g sos do obiadu 100 g seler gotowany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.selerowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .schab gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g dynia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .pasta z jaj 100 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g kielbasa biała 120 g musztarda 20 g rzodkiewka 40g 40 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb mieszany psz.-żyt. 70 70 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g ser topiony 50 g wędlina 30g 30 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 250 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g parówka 2szt 100 g ketchup 20 g Herbata czarna z/c 400 ml .marchew gotowana 100 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g pasta z twarogu z koperkiem 100 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	kefir 1szt. 150 g	jablko 150 g	jogurt naturalny 1szt. 150 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g masło 82% tł. 10 g dżem owocowy 50 g	jogurt truskawkowy 150 g	banan 200 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g pomidor 100 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek
	15-04-2024	16-04-2024	17-04-2024	18-04-2024	19-04-2024	20-04-2024	11-04-2024
	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.
<b>Śniadanie</b>	płatki owsiane na mleku 300 g chleb pszenny krojony 100 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g jajko gotowane 2 szt. 100 g wędlina 30g 30 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	zacierka na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .twaróg krajanka z mlekiem 100 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	ryż na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	makaron drobny na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek wiejski 200 g jabłko 150 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek homogenizowany nat. 150 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml kasza kukurydziana na mleku 300 g	płatki owsiane na mleku 300 g chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g twaróg krajanka 70 g miód 2 szt. 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z mięsa drob i warzyw 100 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 250 ml
<b>II ŚN</b>							serek homogenizowany nat. 150 g
<b>Obiad</b>	.koperkowa z ziemniakami 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g gulasz drobiowy - dieta 200 g .buraki z jabłkami 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g cukinia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.makaronowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .udziec z kurczaka gotowany 120 g sos do obiadu 100 g .surówka z marchwi i jabłek 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.barszcz czerwony zabieleny 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g .schab pieczony 80 g sos do obiadu 100 g szpinak gotowany - dieta 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	zupa ryżowa 400 ml .ziemniaki 200 g .ryba po grecku 180 g dynia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.pomidorowa z ryżem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy duszony 80 g sos do obiadu 100 g .szpinak oprószony 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.jarzynowa z makaronem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g fasolka szparagowa gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	chleb pszenny krojony 100 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .pasta z ryby z ryżem 80 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g parówka 2szt 100 g ketchup 20 g Herbata czarna z/c 400 ml pomidor 100 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g serek do smarowania 80 g Herbata czarna z/c 400 ml włoszczyzna 3 ski. gotowana 100 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g .pasta z jaj 100 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 16,67g 16,7 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 250 ml
<b>PN</b>	serek homogenizowany nat. 150 g	jabłko 150 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g sałata zielona 8g 8 g	kefir 1szt. 150 g	banan 200 g	jogurt naturalny 1szt. 150 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g sałata zielona 8g 8 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	12-04-2024	13-04-2024	14-04-2024	15-04-2024	16-04-2024	17-04-2024	18-04-2024
	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.
<b>Śniadanie</b>	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g sałata zielona 20 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g .twaróg z rzodkiewką i szczypiorem 100 g wędlina 30g 30 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 100 g masło 82% tł. 10 g serek wiejski 200 g papryka świeża 100 g Herbata czarna b/c 250 ml
<b>II ŚN</b>	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g papryka świeża 100 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g sałata zielona 8g 8 g	jogurt naturalny 1szt. 150 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 50g 50 g rzodkiewka 40g 40 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g pomidor 100 g	serek homogenizowany nat. 150 g chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g seler gotowany 100 g	sok pomidorowy 300 ml
<b>Obiad</b>	.krupnik z płatków 400 g .ziemniaki 200 g .pulpety rybne w sosie 80 g sos do obiadu 100 g .surówka z kapusty kiszzonej 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml Ryż brązowy na sypko 200 g .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g sos do obiadu 100 g .surówka z selera, marchwi i pora z olejem 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.selerowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .schab gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g brokuł gotowany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.ogórkowa 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g gulasz drobiowy - dieta 200 g dynia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml Ryż brązowy na sypko 200 g filet drobiowy gotowany 90 g sos do obiadu 100 g cukinia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.makaronowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g udko z kurczaka gotowane 200 g .marchew gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml .kasza jęczmienna na sypko 200 g .schab pieczony 80 g sos do obiadu 100 g .sałatka coleslaw 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
<b>Kolacja</b>	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 70 g pomidor 100 g masło 82% tł. 10 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu z koperkiem 100 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g .pasta z ryby z ryżem 80 g sałata zielona 8g 8 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g ogórek kiszony 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 70 g włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z białek jaj z kop. 100 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 250 ml
<b>PN</b>	chleb pszenny krojony 50g 50 g masło 82% tł. 10 g pasta z wędliny drob. i warzyw 50 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g rzodkiewka 40g 40 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g sałatka z soczewicą kons. 150 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g papryka świeża 100 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g Paszтет z fasoli 50 g sałata zielona 8g 8 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g wędlina 30g 30 g	kefir 1szt. 150 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	19-04-2024	20-04-2024	11-04-2024	12-04-2024	13-04-2024	14-04-2024	15-04-2024
	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Z ogr. łatwo przysw. węglow. + o kontrolowanej zawar. kwasów tł.	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
Śniadanie	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g serek homogenizowany nat. 150 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 70 g ogórek świeży 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g pasta z mięsa drob i warzyw 100 g dynia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 250 ml masło 82% tł. 10 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g serek wiejski 200 g dżem owocowy 50 g Herbata czarna z/c 400 ml masło 82% tł. 10 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g miód 2 szt. 50 g .marchew gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g włoszczyzna 3 skl. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
II ŚN	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g papryka świeża 100 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g rzodkiewka 40g 40 g	biszkopty 50 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g miód 2 szt. 50 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g wędlina 30g 30 g	biszkopty 50 g jogurt naturalny 1szt. 150 g	sok pomidorowy 300 ml
Obiad	.grochowa zasmażana 400 g .ziemniaki 200 g .ryba po grecku 180 g kalefior gotowany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.pomidorowa z ryżem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy duszony 80 g sos do obiadu 100 g .szpinak oprószany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	zupa ryżowa 400 ml .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g cukinia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.krupnik z płatków 400 g .ziemniaki 200 g .pulpety rybne w sosie 80 g sos do obiadu 100 g szpinak gotowany - dieta 150 g	.szpinakowa z ziemniakami 400 ml .ryż 200 g .rolada mielona drobiowa w sosie 80 g sos do obiadu 100 g seler gotowany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.selerowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g dynia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.koperkowa z ziemniakami 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g gulasz drobiowy - dieta 200 g .buraki z jabłkami 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g rzodkiewka 40g 40 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb razowy 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g pomidor 100 g Herbata czarna b/c 250 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g serek wiejski 200 g .marchew gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml dżem owocowy 50 g	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g twaróg krajanka 70 g dynia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g pasta z twarogu z koperkiem 100 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g .pasta z ryby z ryżem 80 g seler gotowany 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g	chleb razowy 50g 50 g masło 82% tł. 10 g Pasta warzywna 100 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g wędlina 30g 30 g	jogurt truskawkowy 150 g	jabłko gotowane 150 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g wędlina 30g 30 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g dżem owocowy 50 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 11-04-2024 do dnia 20-04-2024 KUCHNIA CENTRALNA**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	16-04-2024	17-04-2024	18-04-2024	19-04-2024	20-04-2024
	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu
Śniadanie	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g .twaróg krajanka z mlekiem 100 g szpinak gotowany - dieta 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g seler gotowany 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g twaróg krajanka 100g 100 g dynia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g serek homogenizowany nat. 150 g włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g twaróg krajanka 70 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 250 ml
II ŚN	chleb pszenny krojony 50g 50 g miód 2 szt. 50 g	herbatniki 50 g jogurt naturalny 1szt. 150 g	sok pomidorowy 300 ml	chleb pszenny krojony 50g 50 g miód 2 szt. 50 g	biszkopty 50 g jogurt naturalny 1szt. 150 g
Obiad	dyniowa z ziemniakami - dieta 400 ml .ziemniaki 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g cukinia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.makaronowa z ziemniakami 400 g .ziemniaki 200 g .udziec z kurczaka gotowany 120 g sos do obiadu 100 g .marchew gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.barszcz czerwony zabieleny 400 g .kasza jęczmienna na sypko 200 g .filet drobiowy gotowany w sosie 80 g sos do obiadu 100 g szpinak gotowany - dieta 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	zupa ryżowa 400 ml .ziemniaki 200 g .ryba po grecku 180 g dynia gotowana 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml	.pomidorowa z ryżem 400 g .ziemniaki 200 g .filet drobiowy duszony 80 g sos do obiadu 100 g .szpinak oprószany 150 g .kompot z porzeczek czarnych 250 ml
Kolacja	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g dynia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g twaróg krajanka 70 g włoszczyzna 3 skł. gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g pasta z białek jaj z kop. 100 g cukinia gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g wędlina 50 g .marchew gotowana 100 g Herbata czarna z/c 400 ml	chleb pszenny krojony 120g 120 g masło 82% tł. 10 g wędlina 50 g seler gotowany 100 g Herbata czarna z/c 400 ml
PN	.jabłko gotowane 150 g sok owocowy 200ml 200 g	chleb pszenny krojony 50g 50 g wędlina 30g 30 g	skyr naturalny 150 g	.jabłko gotowane 150 g	serek homogenizowany truskawkowy 150 g