

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety
<b>Śniadanie</b>	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Pyzdra schabowa 20 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 40 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb razowy 120 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Papryka 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>								
<b>Obiad</b>	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Szynka pieczona 80 g Kasza pęczak 140 g Sałatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczarkowy 60 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grochowa 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Ryż 140 g Sos pieczeniowy 60 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka wieprzowa w paprykowym trio 80 g Kasza bulgur 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Befszytk wieprzowy z cebulką (smażony) 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty pekińskiej z porami i mandarynkami 100 g Kompot owocowy 250 ml
<b>Podwieczorek</b>								

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety
<b>Śniadanie</b>	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb razowy 120 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Bułka wrocławska 50 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>								
<b>Obiad</b>	Zupa pieczarkowa 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g Kompot owocowy 250 ml Makaron kokardki 140 g	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza gryczana 140 g Surówka z rzepy białej 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Szynka pieczona 80 g Kasza jęczmienna 140 g Salatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos pietruszkowy 60 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukini 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Ryż 140 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml
<b>Podwieczorek</b>								

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek
	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
<b>Śniadanie</b>	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Bułka wrocławska 50 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Pyzdra schabowa 20 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>							Jogurt naturalny 1 szt	Rogalik z nadzieniem śliwkowym 2 szt
<b>Obiad</b>	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 80 g Kasza bulgur 140 g Marchewka talarki mix 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Makaron kokardki 140 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Kasza pęczak 140 g Sałatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml Szynka pieczona 80 g Sos pieczarkowy 60 g
<b>Podwieczorek</b>							Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
<b>Śniadanie</b>	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Ogórek 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Salata 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Kefir 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Jabłko 1 szt	Kefir 1 szt
<b>Obiad</b>	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grochowa 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Ryż 140 g Sos pieczeniowy 60 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka wieprzowa w paprykowym trio 80 g Kasza bulgur 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty pekińskiej z porem i mandarynkami 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g Kompot owocowy 250 ml Makaron kokardki 140 g	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml
<b>Podwieczorek</b>	Pomarańcza 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Kruche ciastka 60 g	Mini muffiny 2 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Banan 1 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Herbatniki 50 g	Kefir 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Pomarańcza 1 szt
<b>Obiad</b>	Zupa kapuśniak 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza gryczana 140 g Surówka z rzepy białej 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Kasza jęczmienna 140 g Sałatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml Szynka pieczona 80 g Sos pietruszkowy 60 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukini 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ryż 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 80 g Kasza bulgur 140 g Marchewka talarki mix 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g
<b>Podwieczorek</b>	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Mus jabłkowy 150 g	Kiwi 1 szt	Kruche ciastka 60 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	
	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22	
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Śniadanie</b>	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Pyzdra schabowa 20 g Papryka 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Szynka bankietowa 40 g Miód szt. 1 szt Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Schab na kartki 40 g Pomidor 30 g Herbata z cukrem 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Mus jabłkowy 150 g	Kefir 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Ciasteczka bez mleka i cukru z owocami 40 g	Jogurt naturalny 1 szt	Rogalik z nadzieniem śliwkowym 2 szt
<b>Obiad</b>	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Makaron kokardki 140 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalafor 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza gryczana 170 g Marchewka gotowana 120 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Kasza jęczmienna 140 g Sałatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml Szynka pieczona 80 g Sos pietruszkowy 60 g
<b>Podwieczorek</b>	Mini muffiny 2 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Banan 1 szt	Mandarynka 2 szt	Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt Półksiążyc z jabłkiem 1 szt	Mandarynka 2 szt Mandarynka 2 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek		środa		czwartek		piątek	
	2024-01-23		2024-01-24		2024-01-25		2024-01-26	
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Śniadanie</b>	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Ogórek 70 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek wiejski 80 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Ogórek 50 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Ser żółty 40 g Ogórek kiszony 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 60 g Chleb chrupki 20 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Kefir 1 szt	Kefir 1 szt	Maślanka 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Kiwi 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt
<b>Obiad</b>	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 80 g Sos pomidorowy 60 g Kasza pęczak 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Wieprzowina duszona 80 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Brokuły 120 g Mizeria 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z cukini 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Ryż 140 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa grochowa 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Ryż brązowy 140 g	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
<b>Podwieczorek</b>	Pomarańcza 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Banan 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Kiwi 1 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota		niedziela		poniedziałek		wtorek	
	2024-01-27		2024-01-28		2024-01-29		2024-01-30	
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Śniadanie</b>	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Ser biały 80 g Miód szt. 1 szt Papryka 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab na kartki 50 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Szynka bankietowa 40 g Papryka 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Pomarańcza 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Kefir 1 szt	Kefir 1 szt
<b>Obiad</b>	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 80 g Kasza bulgur 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 80 g Kasza bulgur 140 g Marchewka talarki mix 120 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 80 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z porem i mandarynkami 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Makaron razowy 140 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Makaron kokardki 140 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalaflor 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone b/makaronu 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Kalaflor 120 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
<b>Podwieczorek</b>	Krucze ciastka 60 g	Pomarańcza 1 szt	Mini muffiny 2 szt	Mini muffiny 2 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Banan 1 szt	Kiwi 1 szt



**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	środa		niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2024-01-31		2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
<b>Śniadanie</b>	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml Pyzdra schabowa 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Platki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Platki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 60 g Chleb chrupki 20 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka od szwagra 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Rzodkiewka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Ogórek 50 g
<b>Obiad</b>	Zupa kapuśniak 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Zupa kapuśniak 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z rzepy białej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pomidorowy 60 g	Rosół z makaronem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza gryczana 140 g Cukinia gotowana 120 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Szynka pieczona 80 g Kasza pęczak 140 g Surówka z ogórka i pomidora 100 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczarkowy 60 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 80 g Sos pomidorowy 60 g Kasza pęczak 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Wieprzowina duszona 80 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Brokuły 120 g Mizeria 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa grochowa 300 ml Udziec z indyka pieczony z jabłkami 80 g Ryż brązowy 140 g Sos pieczeniowy 60 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą pęczak 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
<b>Podwieczorek</b>	Mandarynka 2 szt Krucze ciastka 60 g	Mandarynka 2 szt	Kefir 1 szt	Mandarynka 2 szt	Pomarańcza 1 szt	Kefir 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31
	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
<b>Śniadanie</b>	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Schab parowany 20 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 g Papryka 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml
<b>2. śniadanie</b>	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bankietowa 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z papryką 50 g Pomidor 50 g
<b>Obiad</b>	Zupa selerowa 300 ml Bitka wieprzowa w paprykowym trio 80 g Kasza bulgur 140 g Fasolka gotowana 100 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 80 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z kapusty pekińskiej z porem i mandarynkami 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pieczarkowa 300 ml Potrawka z indyka z pieczoną dynią 110 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Makaron razowy 140 g	Zupa minestrone b/makaronu 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Kalafior 120 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z rzepy białej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pomidorowy 60 g
<b>Podwieczorek</b>	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka na kartki Nikipol 20 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ser biały 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 40 g Serek wiejski 80 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 20 g Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szyńka z indyka 40 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Pyszka szynkowa 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szyńka z indyka 40 g Pyszka schabowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szyńka na kartki Nikpol 20 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Jajko 1 szt Pyszka szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szyńka tostowa z kurcząt 40 g Ser biały 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szyńka od szwagra 40 g Szyńka bankietowa 20 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek
	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
<b>Kolacja</b>	Bułka wrocławska 50 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Sałatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Pierś z kurnej półki 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser biały 40 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 70 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2024-01-31	2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26	2024-01-27
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Jajko 1 szt Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Ser biały 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Bułka wrocławska 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	
	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31	2024-01-21		2024-01-22
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Pyszka schabowa 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pyszka schabowa 40 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml



**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek		środa		czwartek		piątek	
	2024-01-23		2024-01-24		2024-01-25		2024-01-26	
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra szynkowa 40 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Jajko 1 szt Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Ser biały 80 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser biały 40 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Ogórek kiszony 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Bułka wrocławska 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Mini sucharki pełnoziarniste 20 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota		niedziela		poniedziałek		wtorek	
	2024-01-27		2024-01-28		2024-01-29		2024-01-30	
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra szynkowa 40 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Papryka 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 70 g Herbata b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	środa		niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2024-01-31		2024-01-21	2024-01-22	2024-01-23	2024-01-24	2024-01-25	2024-01-26
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 100 g Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Ogórek kiszony 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser biały 40 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Mini sucharki pełnoziarniste 20 g Masło 10 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Łopatka z pietruszką 20 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-21 do dnia 2024-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-01-27	2024-01-28	2024-01-29	2024-01-30	2024-01-31
	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml