

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	SUMA
2024-04-11 czwartek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Ogórek 30 g Herbata z cukrem 250 ml	Kefir 1 szt	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Filet z kurczaka panier. w płatkach kukurydzianych 80 g Ziemniaki 140 g Kapusta kiszona zasmażana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,7 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 258,3
2024-04-12 piątek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Ryż na mleku 300 g Chleb razowy 30 g Chleb pszenno-żytni 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Rogaliki mini 50 g	Zupa pejzanka 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,1 Białko ogółem [g] 76,6 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 299,7
2024-04-13 sobota	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron spaghetti 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 70 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,5 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 276
2024-04-14 niedziela	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Schab na kartki 20 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kisiel 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,9 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 282,2
2024-04-15 poniedziałek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Krucze ciastka 60 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Kasza gryczana 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pasta jajeczna z brokułami 80 g Szynka na kartki Nikpol 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 274,9 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 280,4
2024-04-16 wtorek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kefir 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Potrawka drobiowa w paprykowym trio 240 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Banan 1 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,3 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 292,8

Jadłospisy za okres od dnia 2024-04-11 do dnia 2024-04-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2024-04-17 środa	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słończnikiem prażonym 80 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Mandarynka 2 szt	Zupa pieczarkowa 300 ml Bitka schabowa 120 g Sos chrzanowy 60 g Kasza pęczak 140 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka na kartki Nikpol 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 311,7
2024-04-18 czwartek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt owocowy 1 szt	Zupa grochowa 300 ml Pierogi z mięsem II 220 g Surówka collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,8 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 308,1
2024-04-19 piątek	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Jogurt naturalny 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Dorsz panierowany 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 095,4 Białko ogółem [g] 75,8 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 256,8
2024-04-20 sobota	IMID Podstawowa Dzieci 1B	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 20 g Ogórek 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Pomarańcza 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 80 g Kasza bulgur 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 100 g Kompot owocowy 250 ml	Krucze ciastka 60 g	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 264,4 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 300,4