

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026.02.21	2026.02.22	2026.02.23	2026.02.24	2026.02.25	2026.02.26	2026.02.27
	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 Lekkostrawna 2C Kobiety
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany premium 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 60 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Pomidor 60 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 Twarożek z awokado i pietruszką 80 g Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek wiejski z ricottą 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś							
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron spaghetti 140 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa koperkowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml
P							
Kolacja	Kajzerka 1 szt Bułka wrocławska 70 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 30 g Pasta warzywna 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 120 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 120 g Schab parowany 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Hummus z pesto rosso 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

sobota		niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
2026.02.28	2026.02.21	2026.02.22	2026.02.23	2026.02.24	2026.02.25	2026.02.26
IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 30 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kurczak gotowany premium 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 60 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ogórek 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 100 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z papryką 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 40 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ryż 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron razowy 140 g Sałata z jogurtem naturalnym 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Brukselka 120 g Surówka collesław b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 110 g Kasza orkiszowa 140 g Kalafior 120 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g
P	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt	Pomarańcza 1 szt Skyr naturalny 1 szt	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 50 g Grahamka mini 1 szt Masło 15 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 120 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałatka z kaszy gryczanej z kurczakiem 100 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Hummus z pesto rosso 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota		niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.02.27	2026.02.28	2026.02.21	2026.02.22	2026.02.23	2026.02.24	2026.02.25
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Serek wiejski z ricottą 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 60 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany premium 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ser biały 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Papryka 50 g	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g	Jogurt owocowy z ananase i miętą 200 g
Obiad	Barszcz ukraiński 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza jęczmienna 140 g Sos koperkowy 60 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron spaghetti 140 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka colleslaw 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem muszelki 300 ml Kurczak po kujawsku 140 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g
P	Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt Pomarańcza 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Melon miódowy 150 g	Winogrona 100 g	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Buleczka alpejska mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 100 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 100 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota		niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026.02.26	2026.02.27	2026.02.28	2026.02.21	2026.02.22	2026.02.23	2026.02.24
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek wiejski z ricottą 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany premium 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 60 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Pomidor 60 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 Twarożek z awokado i pietruszką 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Szarlotka mascarpone 125 g	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 150 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt z musem wiśniowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g	Barszcz ukraiński 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron spaghetti 140 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Rogalik maślany 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Melon miodowy 150 g	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Hummus z pesto rosso 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kajzerka 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Pasta warzywna 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

środa		czwartek	piątek	sobota		niedziela	poniedziałek
2026.02.25		2026.02.26	2026.02.27	2026.02.28	2026.02.21	2026.02.22	2026.02.23
IMID Lekkostrawna Dzieci 2A		IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 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 Serek wiejski z ricottą 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Jajko w jogurcie ze szczypiorkiem 1 szt Kurczak gotowany premium 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 50 g Ser biały 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Twarożek z grillowanym bakłażanem 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Szarlotka mascarpone 125 g	Jogurt naturalny 1 szt Biszkopty 30 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Skyr naturalny 1 szt
	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa koperkowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ryż 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron spaghetti 140 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml
	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Rogalik maślany 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Melon miódowy 150 g	Winogrona 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 100 g Schab parowany 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Hummus z pesto rosso 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Buleczka alpejska mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Krakowska sucha extra 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 50 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Sałatka jarzynowa 150 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota		niedziela
	2026.02.24	2026.02.25	2026.02.26	2026.02.27	2026.02.28	2026.02.21	2026.02.22
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Pyzdra szynkowa 50 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Serek homogenizowany z papryką 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Platki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 60 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 bankietowa 50 g Serek wiejski z ricottą 80 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 50 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany premium 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ser biały 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g	Jogurt owocowy z ananase i miętą 200 g	Szarlotka mascarpone 125 g	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 200 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt z musem wiśniowym b/c 200 g	Serek homogenizowany natur kg 150 g
Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem muszelki 300 ml Kurczak po kujawsku 140 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g	Barszcz ukraiński 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron razowy 140 g Sałata z jogurtem naturalnym 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z indyka b/k pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Rogalik maślany 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Ser mozzarella 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 150 g Schab parowany 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Hummus z pesto rosso 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Polędwica z piersi indyka 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 50 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.02.21 do dnia 2026.02.28 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026.02.23	2026.02.24	2026.02.25	2026.02.26	2026.02.27	2026.02.28
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek wiejski z ricottą 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym b/c 150 g	Jogurt owocowy z ananaseм i miętą 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt z liofilizowaną maliną, suszonym bananem i migdałami 150 g	Koktajl snickers 200 g
Obiad	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Pulpet brokułowy wieprzowy 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka collesław b/c 120 g Brukselka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 110 g Kasza orkiszowa 140 g Kalafior 120 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Kasza pęczak 170 g Sos jarzynowy 60 g	Barszcz ukraiński 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka z kapusty kiszonej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ryż 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g
P	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Pomarańcza 1 szt
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 100 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 80 g Szpinak baby 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka z kaszy gryczanej z kurczakiem 100 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Hummus z pesto rosso 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml