

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026-10-11	2026-10-12	2026-10-13	2026-10-14	2026-10-15	2026-10-16	2026-10-17
	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	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Rozszponka 10 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 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 30 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecką 40 g Twarożek z jabłkiem prażonym 80 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś							
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka b/k pieczony z jabłkami 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza kuskus 140 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą bulgur i ziemniakami b/ml 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Ziemniaki 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Krem z dyni. 300 ml Pyzy z mięsem diet. 260 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. (z pieca) 100 g Makaron kokardki 140 g Ratatouille lekkostrawne 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z orzo b/ml 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml
P							
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Banan 1 szt	Chleb rodzinny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z tuńczyka diet. 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 50 g Chleb pytlowy 60 g Masło 15 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g Szynekowa extra 30 g Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 30 g Sałata z tortellini diet. 150 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Banan 1 szt Kiwi 1 szt	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pomarańcza 1 szt	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Schab parowany 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Jabłko 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026-10-18	2026-10-19	2026-10-20	2026-10-21	2026-10-11	2026-10-12	2026-10-13
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta jajeczna z natką diet. 80 g Szynka z indyka 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Ser biały 80 g Kurczak gotowany premium 30 g Pomidor 60 g Rozszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek wiejski 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Rozszponka 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g
II Ś					Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bez dodatku "e" 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 Wieprzowina z zapiecka 40 g Pomidor 50 g
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 100 g Kasza bulgur 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g Ziemniaki 140 g Cukinia pieczona z bazylią 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kluski leniwe 260 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka b/k pieczony z jabłkami 150 g Kasza orkiszowa 140 g Brukselka 120 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Gulasz węgierski 150 g Kasza pęczak 140 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami 300 ml Papryka faszerowana mięsem i ryżem brązowym 300 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ryż brązowy 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka czerwony collesław b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P					Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Banan 1 szt	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Twarożek 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i koperkiem 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z tuńczyka diet. 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026-10-14	2026-10-15	2026-10-16	2026-10-17	2026-10-18	2026-10-19	2026-10-20
	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	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 80 g Ogórek 60 g Szpinak baby 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g Szynka z indyka 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Kurczak gotowany premium 50 g Rzodkiewka 60 g Roszponka 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek wiejski 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa b/cukru 250 g
II ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bez dodatku "e" 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 80 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g
Obiad	Krem z dyni. 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos rozmarynowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Kalań 120 g Mizeria 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku (z pieca) 100 g Makaron razowy 140 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza orkiszowa 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Szpinak 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 100 g Sos chrzanowy 60 g Kasza bulgur 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 120 g Bukiet warzyw 3-sł. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g Kasza pęczak 140 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Cukinia pieczona z bazylią 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Śliwki 130 g	Kiwi 1 szt Kefir 1 szt	Gruszka 1 szt	Jabłko 1 szt Skyr naturalny 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Rukola 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 30 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser żółty 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 15 g Schab parowany 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Twarożek 80 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026-10-21	2026-10-11	2026-10-12	2026-10-13	2026-10-14	2026-10-15	2026-10-16
	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	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Łopatką z pietruszką 50 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Rozsponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szyńka tostowa z kurcząt 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenney 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szyńka naturalna ze straganu 30 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 30 g Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g Ogórek 60 g Szpinak baby 10 g Rumianek 250 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 1 szt	Kefir 1 szt Biszkopty 30 g	Mus truskawkowy z jogurtem 200 ml Chipsy bananowe 30 g	Deser z galaretki i serka homogenizowanego z borówkami 150 ml	Jogurt owocowy z truskawką i jagodą 200 g	Koktajl z papaji 200 g
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Kasza orkiszowa 140 g Kalańfir 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka b/k pieczony z jabłkami 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Gulasz węgierski 150 g Kasza pęczak 140 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami 300 ml Papryka faszerowana mięsem 300 g Ziemniaki 140 g Surówka czerwony collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Krem z dyni. 300 ml Pyzy z mięsem i okrasą 260 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Filet z kurczaka po toskańsku (z pieca) 100 g Makaron kokardki 140 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z orzo 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Banan 1 szt	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb żytni zdrówko 100 g Masło 15 g Szyńka z indyka 30 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i koperkiem 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb familijny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z tuńczyka diet. 80 g Szyńka z zalewy Szuster 30 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szyńka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szyńkowa extra 30 g Papryka 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 30 g Sałatka z tortellini 100 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek
	2026-10-17	2026-10-18	2026-10-19	2026-10-20	2026-10-21	2026-10-11	2026-10-12
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g Szynka z indyka 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Kurczak gotowany premium 30 g Rzodkiewka 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek wiejski 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pyzdra schabowa 50 g Papryka 60 g Roszponka 10 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 Ser mozzarella kulki mini 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g
II Ś	Kokosowy pudding z tapioki z mussem truskawkowym i płatkami migdałów 150 g	Maślanka 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Pudding z kaszy kukurydzianej z mussem malinowym 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Kefir 1 szt Biszkopty 30 g
Obiad	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Kluski leniwe 260 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka b/k pieczony z jabłkami 150 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Gulasz węgierski 150 g Kasza pęczak 140 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Jabłko 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Winogrona 100 g	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Banan 1 szt	Melon Kantalupe 150 g
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Schab parowany 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłtowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kaziuk 30 g Twarożek 80 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb żytni zdrówko 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb familijny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 50 g Pasta z tuńczyka diet. 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-10-13	2026-10-14	2026-10-15	2026-10-16	2026-10-17	2026-10-18	2026-10-19
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 50 g Ser biały 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Twarożek z jabłkiem i orzechami 80 g Ogórek 60 g Szpinak baby 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g Szynka z indyka 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany premium 50 g Ser żółty 50 g Rzodkiewka 60 g Rozszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Mus truskawkowy z jogurtem 200 ml Chipsy bananowe 30 g	Deser z galaretki i serka homogenizowanego z borówkami 150 ml	Jogurt owocowy z truskawką i jagodą 200 g	Koktajl z papaji 200 g	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 150 g	Maślanka 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami 300 ml Papryka faszerowana mięsem 300 g Ziemniaki 140 g Surówka czerwony collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Krem z dyni. 300 ml Pyzy z mięsem i okrasą 260 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku (z pieca) 100 g Makaron kokardki 140 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z orzo 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkulem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos chrzanowy 60 g
P	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Banan 1 szt	Gruszka 1 szt	Jabłko 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Winogrona 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb pytlowy 60 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Sałatka hawajska 150 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szynkowa extra 50 g Papryka 60 g Rukola 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 50 g Sałatka z tortellini 150 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka delikatesowa z fileta 50 g Schab parowany 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Ser mozzarella 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-10-20	2026-10-21	2026-10-11	2026-10-12	2026-10-13	2026-10-14	2026-10-15
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Serek wiejski 80 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 50 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 80 g Roszponka 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Seler naciowy słupki 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g
II Ś	Pudding z kaszy kukurydzianej z musmem malinowym 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt	Kefir 1 szt Krakersy 25 g	Mus truskawkowy z jogurtem b/c 200 ml	Deser z galaretki i sera homogenizowanego z borówkami 150 ml	Jogurt owocowy z truskawką i jagodą 200 g
Obiad	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Kluski leniwe 260 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka b/k pieczony z jabłkami 150 g Kasza orkiszowa 140 g Brukselka 120 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Gulasz węgierski 150 g Kasza pęczak 140 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 120 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z kaszą bulgur i ziemniakami 300 ml Papryka faszerowana mięsem i ryżem brązowym 300 g Ryż brązowy 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka czerwony collesław b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Krem z dyni. 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos rozmarynowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Kalafior 120 g Mizeria 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku (z pieca) 100 g Makaron razowy 140 g Sałata lodowa z sosem vinegret 120 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek 80 g Kaziuk 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i szczypiorkiem 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z turńczyka diet. 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 80 g Rukola 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 30 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-11 do dnia 2026-10-21 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-10-16	2026-10-17	2026-10-18	2026-10-19	2026-10-20	2026-10-21
	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	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 30 g Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 80 g Ogórek 80 g Szpinak baby 20 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80 g Szynka z indyka 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Kurczak gotowany premium 30 g Rzodkiewka 80 g Roszponka 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka bankietowa 30 g Serek wiejski 80 g Pomidory koktajlowe 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Koktajl z papaji 200 g	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 150 g	Maślanka 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Skyr naturalny 1 szt	Pudding z kaszy kukurydzianej z musem malinowym b/c 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy b/c 200 g
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Kasza gryczana biała 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza orkiszowa 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Szpinak 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g Kasza pęczak 140 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Cukinia pieczona z bazylią 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Kasza orkiszowa 140 g Kalafior 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Gruszka 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Schab parowany 50 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Kaziuk 30 g Twarożek 80 g Papryka 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb żytni zdrówko 100 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Pasta twarogowo-turczykowa z selerem i szczypiorkiem 80 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml