

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16	2024-01-17	2024-01-18
	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
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pyszdra schabowa 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 60 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 Schab na kartki 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb razowy 120 g Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Twarożek z truskawkami 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Platki 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	Zacierka 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
2. śniadanie								
Obiad	Zupa zalewajka grzybowa 300 ml Wieprzowina po toskańsku 100 g Sos ziolowy 60 g Gnocci z maselkiem roślinnym i posypane płatkami drożdżowymi 140 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z soczewicy 400 ml Miruna panierowana 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Pierogi z mięsem II 220 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos szpinakowo śmietanowy 60 g	Krem z dyni 300 ml Bitka z kurczaka z serem żółtym i pieczarką 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Kotlet schabowy 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g
Podwieczorek								

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2024-01-19	2024-01-20	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A 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 owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Papryka 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb razowy 30 g Chleb pszenno-żytni 50 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 60 g Ogórek 40 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	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 z truskawkami 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie			Banan 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Mini muffiny 2 szt
Obiad	Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml Gulasz wieprzowy 110 g Makaron pene 140 g Surówka z ogórka kiszonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina po toskańsku 80 g Sos ziołowy 60 g Gnocci z masłem roślinnym i posypane płatkami drożdżowymi 140 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z soczewicy 300 ml Miruna panierowana 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Pierogi z mięsem II 220 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi z chrzanem 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos szpinakowo śmietanowy 60 g
Podwieczorek			Rogaliki mini 50 g	Mini pączki z nadzieniem owoce leśne 2 szt	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Rogalik z serem i szpinakiem 2 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kiwi 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek		piątek	
	2024-01-17	2024-01-18	2024-01-19	2024-01-20	2024-01-11		2024-01-12	
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	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	Zacierka 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 30 g Chleb pszenno-żytni 50 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Twarożek z koperkiem 80 g Papryka 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 60 g Mini sucharki pełnoziarniste 20 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g Ogórek kiszony 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt	Kefir 1 szt	Rogalik z nadzieniem śliwkowym 2 szt	Jabłko 1 szt	Mus borówkowy 150 g	Banan 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Kiwi 1 szt
Obiad	Krem z dyni 300 ml Bitka z kurczaka z serem żółtym i pieczarką 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Kotlet schabowy 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml Gulasz wieprzowy 110 g Makaron pene 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina po tokańsku 80 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina po tokańsku 100 g Gnocci z masłem roślinnym i posypane płatkami drożdżowymi 140 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z soczewicy 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z soczewicy 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Kasza bulgur 140 g Sos koperkowy 60 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Mandarynka 2 szt	Banan 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jabłko 1 szt	Rogaliki mini 50 g	Mini pączki z nadzieniem owoce leśne 2 szt	Mandarynka 2 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota		niedziela		poniedziałek		wtorek	
	2024-01-13		2024-01-14		2024-01-15		2024-01-16	
	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
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 40 g Ser żółty 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 60 g Ogórek 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 60 g Ser biały 80 g Dżem szt 1 szt Papryka 50 g Herbata z cukrem 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	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	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 jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 40 g Twarożek z truskawkami 100 g Papryka 50 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Mini muffiny 3 szt	Winogrona 100 g
Obiad	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Mizeria 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos pietruszkowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka z selera (z majonezem) 100 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml Pierogi z mięsem II 220 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Kasza gryczana 140 g Cukinia gotowana 120 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos szpinakowo śmietanowy 60 g	Zupa minestrone b/makaronu 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos szpinakowo śmietanowy 60 g
Podwieczorek	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Rogalik z serem i szpinakiem 2 szt	Jabłko 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kefir 1 szt	Kiwi 1 szt Jogurt naturalny 1 szt	Kiwi 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa		czwartek		piątek		sobota	
	2024-01-17		2024-01-18		2024-01-19		2024-01-20	
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki 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	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Ogórek 50 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Twarożek z pomidorami 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Kefir 1 szt	Kiwi 1 szt	Rogalik z nadzieniem śliwkowym 2 szt	Mus truskawkowy 150 g	Jabłko 1 szt Jogurt owocowy 1 szt	Jabłko 1 szt
Obiad	Krem z dyni 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Surówka kopenhaska 100 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krem z dyni 300 ml Bitka z kurczaka 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos pietruszkowy 60 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos pietruszkowy 60 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Kasza gryczana biała 140 g	Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Makaron pene 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml Gulasz wieprzowy 110 g Makaron razowy 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt Krucze ciastka 60 g	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16	2024-01-17	2024-01-18
	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	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szyńka od szwagra 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 60 g Mini sucharki pełnoziarniste 20 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pyszka schabowa 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szyńka z indyka 60 g Papryka 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	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 jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z papryką 80 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szyńka od szwagra 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 50 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 Szyńka bankietowa 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z papryką 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyszka schabowa 20 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina po toskańsku 80 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z soczewicy 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszonej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Mizeria 100 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza jęczmienna 140 g Surówka z selera (z majonezem) b/c 100 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza gryczana 140 g Cukinia gotowana 120 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa minestrone b/makaronu 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Surówka z marchwii z chrzanem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos szpinakowo śmietanowy 60 g	Krem z dyni 300 ml Bitka z kurczaka z serem żółtym i pieczarką 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza bulgur 140 g Surówka kopenhaska 100 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos pietruszkowy 60 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Kasza gryczana biała 140 g
Podwieczorek	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Gruszka 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt	Jabłko 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota
	2024-01-19	2024-01-20
	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z koperkiem 50 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Twarożek z pomidorami 50 g Papryka 50 g
Obiad	Zupa krupnik z ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa 300 ml Gulasz wieprzowy 110 g Makaron razowy 140 g Fasolka gotowana 100 g Surówka z ogórka kiszzonego 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Pomarańcza 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16	2024-01-17	2024-01-18
	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
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka z indyka 20 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Łopátka z pietruszką 40 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 20 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pasta z fasoli czerwonej 60 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Pyzdra szynkowa 20 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Łopátka z pietruszką 40 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2024-01-19	2024-01-20	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16
	IMID Podstawowa 1A Kobiety	IMID Podstawowa 1A 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
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 20 g Pasta jajeczna z tuńczykiem 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Chleb razowy 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Szynka od szwagra 20 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 20 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 70 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 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	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z fasoli czerwonej 80 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek		piątek	
	2024-01-17	2024-01-18	2024-01-19	2024-01-20	2024-01-11		2024-01-12	
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Pasta jajeczna z tuńczykiem 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 70 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Bułka wrocławska 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 60 g Pumpernikiel 20 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota		niedziela		poniedziałek		wtorek	
	2024-01-13		2024-01-14		2024-01-15		2024-01-16	
	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
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta z fasoli czerwonej 80 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta z fasoli czerwonej 80 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa		czwartek		piątek		sobota	
	2024-01-17		2024-01-18		2024-01-19		2024-01-20	
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wroclawska 30 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 100 g Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wroclawska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 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 wroclawska 25 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Pasta jajeczna z tuńczykiem 80 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta jajeczna z tuńczykiem 80 g Ogórek kiszony 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wroclawska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-01-11	2024-01-12	2024-01-13	2024-01-14	2024-01-15	2024-01-16	2024-01-17	2024-01-18
	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	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka z indyka 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 60 g Pumpernikiel 20 g Masło 10 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Pierś z kurnej półki 20 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pasta z fasoli czerwonej 80 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-01-11 do dnia 2024-01-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota
	2024-01-19	2024-01-20
	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta jajeczna z tuńczykiem 80 g Ogórek kiszony 40 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml