

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17
	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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Bułka wrocławska 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Połędwica z piersi indyka 40 g Ser biały 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie							
Obiad	Botwina 300 ml Kotlet pożarski z pieca 80 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa koperkowa z kasza jaglaną 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 80 g Kasza bulgur 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 110 g Sos szpinakowy b/ml b/gl 60 g Makaron kokardki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa marchwianka 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g Kasza jęczmienna 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g
Podwieczorek							

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 40 g Ser biały 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml 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	Kasza jaglana na mleku 300 g 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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczyporkiem 80 g Szynka bankietowa 20 g Ogórek 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 60 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g
2. śniadanie				Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt
Obiad	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 100 g Ryż 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Botwina 300 ml Kotlet pożarski z serem 80 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa koperkowa z kasza jaglaną 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek				Arbuz 200 g	Rogalik maślany 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Mini muffiny 2 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek
	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Płatki owsiane 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 manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 40 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 Szynka od szwagra 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 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 Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Dżem szt 1 szt Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt	Kefir 1 szt	Biszkopty 30 g Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 110 g Makaron kokardki 140 g Surówka z ogórka kiszzonego 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g Kasza gryczana biała 140 g Mizeria 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Zupa brukselkowa 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 100 g Sos majerankowy 60 g Ryż 140 g Ogórek małosolny 100 g Kompot owocowy 250 ml	Botwina 300 ml Kotlet pożarski z serem 80 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Winogrona 100 g	Banan 1 szt	Borówka amerykańska 80 g	Arbuz 200 g	Drożdżówka z serem 1 szt	Nektarynka 1 szt	Arbuz 200 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18
	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 15 g Schab na kartki 40 g Ser żółty 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g Szynka bankietowa 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 40 g Ser biały 80 g Miód szt. 1 szt Papryka 50 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 Schab na kartki 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Ogórek 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Szynka bankietowa 40 g Papryka 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Kefir 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt Biszkopty 30 g	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 110 g Makaron kokardki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet schabowy 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g Kasza gryczana biała 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml
Podwieczorek	Rogalik maślany 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Mini muffiny 2 szt	Winogrona 100 g	Banan 1 szt	Borówka amerykańska 80 g	Arbuz 200 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15
	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 jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 40 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 40 g Ser biały 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 70 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 kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g Szynka bankietowa 20 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 60 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek 70 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa brukselkowa 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 100 g Ryż 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Botwina 300 ml Kotlet pożarski z serem 80 g Kasza gryczana 140 g Brokuły 120 g Ogórek małosolny 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa koperkowa z kasza jaglaną 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g Sos pietruszkowy 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 110 g Makaron razowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z ogórka kiszzonego 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Drożdżówka z serem 1 szt	Nektarynka 1 szt	Arbuz 200 g	Nektarynka 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Jabłko 1 szt	Winogrona 100 g

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek
	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka bankietowa 60 g Papryka 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Kefir 1 szt	Mus borówkowy z jogurtem b/c 150 ml	Jogurt owocowy 1 szt	Mus wiśniowy b/c 150 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g
Obiad	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza owsiana 140 g Buraczki 120 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g Kasza gryczana biała 140 g Brokuły 120 g Mizeria 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczeniowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 80 g Kasza owsiana 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g Szpinak 100 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Zupa brukselkowa 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 100 g Sos majerankowy 60 g Ryż brązowy 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Ogórek małosolny 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa grochowa 300 ml Kotlet pożarski z serem 80 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 100 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Kiwi 1 szt	Borówka amerykańska 80 g	Arbuz 200 g	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19
	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	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 80 g Szynka bankietowa 20 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 60 g Papryka 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 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 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Ogórek 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 50 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Ogórek 50 g
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Schab pieczony w pesto bazyliowym 80 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z kapusty pekińskiej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony w sosie śmietanowo szpinakowym 110 g Makaron razowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z ogórka kiszzonego 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza owsiana 140 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Buraczki 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 80 g Kasza gryczana biała 140 g Brokuły 120 g Mizeria 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczeniowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza owsiana 140 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 100 g Szpinak 100 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Zupa brukselkowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż brązowy 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty młodej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Brzoskwinia 1 szt	Jabłko 1 szt	Morele 2 szt	Kiwi 1 szt	Borówka amerykańska 80 g	Kisiel bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

sobota	
2024-07-20	
IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	
Śniadanie	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 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 Ser biały 50 g Papryka 50 g
Obiad	Zupa ogórkowa 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 100 g Ryż brązowy 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Ogórek małosolny 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g
Podwieczorek	Nektarynka 1 szt



**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17
	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
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 20 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 100 g Pierś z kurnej półki 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 20 g Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Pyzdra szynkowa 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyszka schabowa 20 g Serek homogenizowany z pomidorami 60 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurcząt 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 40 g Szynka od szwagra 20 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	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	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	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pyszka schabowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek
	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
<b>Kolacja</b>	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka ryżowa z kurczakiem, ananasem i kukurydzą 100 g Pierś z kurnej półki 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szyńka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 40 g Ogórek 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szyńka extra 40 g Szyńka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18
	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
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra szynkowa 40 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 40 g Serek wiejski 80 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Sałatka ryżowa z kurczakiem, ananasem i kukurydzą 100 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 40 g Serek homogenizowany ze szczypiorkiem 80 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Pyzdra szynkowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15
	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
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Ser żółty 20 g Ogórek kiszony 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 40 g Połędwica z piersi indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 20 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Papryka 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pyszdra schabowa 40 g Ogórek kiszony 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka z ryżem brązowym i kurczakiem diet. 100 g Pierś z kurnej półki 20 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek
	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19	2024-07-20	2024-07-11	2024-07-12
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szyńka z indyka 40 g Pomidor 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Salatka jarzynowa 80 g Ogórek kiszony 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pyszka schabowa 40 g Ogórek 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Ogórek kiszony 70 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 40 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Łopatka z pietruszką 20 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml

**Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA**

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2024-07-13	2024-07-14	2024-07-15	2024-07-16	2024-07-17	2024-07-18	2024-07-19
	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
<b>Kolacja</b>	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pyszka schabowa 40 g Ogórek kiszony 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Sałatka z ryżem brązowym i kurczakiem diet. 100 g Pierś z kurnej półki 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szyńka z indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pyszka schabowa 40 g Ogórek 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/cukru 250 ml

*Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-07-11 do dnia 2024-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA*

	sobota
	2024-07-20
	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Poleśdwica z piersi indyka 40 g Pomidor 50 g Herbata b/cukru 250 ml