

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2024-09-11	2024-09-12	2024-09-13	2024-09-14	2024-09-15	2024-09-16	2024-09-17
	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 Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 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 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka bankietowa 50 g Ser biały 80 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Pomidor 40 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie							
Obiad	Zupa marchwianka 300 ml Karkówka pieczona 100 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa zacierkowa 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński diet. 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Ryż 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Kopytka 140 g Sos jarzynowy 60 g Sałatka z buraka diet. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalań 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek							
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Pomidor 60 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 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Połędwica z piersi indyka 40 g Szynka od szwagra 20 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Jajko 1 szt Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Jajko 1 szt Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2024-09-18	2024-09-19	2024-09-20	2024-09-11	2024-09-12	2024-09-13	2024-09-14
	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	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 60 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 50 g Pomidor 80 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka bankietowa 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie				Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Hummus 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 50 g Papryka 50 g
Obiad	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos majerankowy 60 g Ryż 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Pierogi ruskie diet. II 240 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencu 300 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka czerwony colleslaw b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brukselkowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Surówka z kapusty kiszanej młodej 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Ryż brązowy 140 g Sos majerankowy 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z pomidora b/cebuli 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek				Nektarynka 1 szt Kefir 1 szt	Kisiel bez cukru 200 ml Mini sucharki pełnoziarniste 20 g	Brzoskwinia 1 szt	Ciasto drożdżowe b/cukru 100 g Serek homogenizowany szt. 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatką z pietruszką 30 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Salatka jarzynowa 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Połędwica z piersi indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa
	2024-09-15	2024-09-16	2024-09-17	2024-09-18	2024-09-19	2024-09-20	2024-09-11
	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 Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser żółty 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka od szwagra 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka na kartki 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 40 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Papryka 50 g	Skyr naturalny 1 szt
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Kasza pęczak 140 g Sos jarzynowy 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Wieprzowina po tokańsku 100 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z ogórka i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Schab parowany 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza owsiana 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka collesław 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza pęczak 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszanej młodej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza bulgur 140 g Surówka czerwony collesław 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos chrzanowy 60 g
Podwieczorek	Kisiel z jagodami b/c 200 ml Wafle z ciecierzycy 1 szt	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 200 ml	Nektarynka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Brzoskwinia 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt	Nektarynka 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 30 g Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Szynka tostowa z kurczą 30 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2024-09-12	2024-09-13	2024-09-14	2024-09-15	2024-09-16	2024-09-17	2024-09-18
	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 Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ogórek 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Papryka 40 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Koktajl mango 200 g	Krucze ciastka 60 g Maślanka 1 szt	Jogurt z mussem malinowym i posypką z prażonych płatków jęczmiennych 200 g	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	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 owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Sos majerankowy 60 g Ryż 140 g Surówka z pomidora b/cebuli 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bulką tartą 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie z pieczarkowym 100 g Kopytka 140 g Sos miodowo-musztardowy 60 g Sałatka z buraka 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną 300 ml Stripsy z kurczaka w sezamie 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Wieprzowina po tokańsku 100 g Ryż 140 g Surówka z ogórka i pomidora 100 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g
Podwieczorek	Winogrona 100 g Biszkopty 30 g	Brzoskwinia 1 szt	Drożdżówka z budyniem 1 szt Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kisiel z jagodami 200 ml Śliwki 130 g	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Brzoskwinia 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Południca z piersi indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 60 g Szynka od szwagra 50 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2024-09-19	2024-09-20	2024-09-11	2024-09-12	2024-09-13	2024-09-14	2024-09-15
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 60 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 50 g Pomidor 80 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml Sałata 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Koktajl mandarynkowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Koktajl mango 200 g
Obiad	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka collesław 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa marchwianka 300 ml Karkówka pieczona 100 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa zacierkowa 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński diet. 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Ryż 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 60 g
Podwieczorek	Gruszka 1 szt Mini muffiny 2 szt	Winogrona 100 g	Nektarynka 1 szt	Kiwi 1 szt Biszkopty 30 g	Brzoskwinia 1 szt	Drożdżówka z budyniem 1 szt Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kisiel z jagodami 200 ml Banan 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Pyzdra szynkowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurczątkiem 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek
	2024-09-16	2024-09-17	2024-09-18	2024-09-19	2024-09-20	2024-09-11	2024-09-12
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Pomidor 40 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Pomidor 60 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 50 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 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 50 g Serek wiejski 80 g Pomidor 80 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Krucze ciastka 60 g Maślanka 1 szt	Jogurt z musem malinowym i posypką z prażonych płatków jęczmiennych 200 g	Jogurt owocowy 1 szt	Koktajl mandarynkowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Kopytka 140 g Sos jarzynowy 60 g Sałatka z buraka diet. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalafor 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Ryż 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Pierogi ruskie diet. II 240 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencu 300 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Banan 1 szt Mini muffiny 2 szt	Winogrona 100 g	Nektarynka 1 szt Kefir 1 szt	Winogrona 100 g Biszkopty 30 g
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Jajko 1 szt Pyzdra schabowa 20 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g Pyzdra szynkowa 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Ser żółty 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2024-09-13	2024-09-14	2024-09-15	2024-09-16	2024-09-17	2024-09-18	2024-09-19
	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	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Ser biały 80 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Szynka bankietowa 50 g Miód szt. 1 szt Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Serek wiejski 80 g Ogórek 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 50 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Papryka 40 g Dżem szt 1 szt Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Pyzdra szynkowa 50 g Pomidor 60 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 50 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Deser z jogurtu, kakao i banana 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Koktajl mango 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Jogurt z musem malinowym i posypką z prażonych płatków jęczmiennych 200 g	Jogurt owocowy 1 szt	Koktajl mandarynkowy 200 g
Obiad	Barszcz ukraiński 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Ryż 140 g Bukiet warzyw 3-ski. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie z pieczarkowym 100 g Kopytka 140 g Sos miódowo-musztardowy 60 g Sałatka z buraka diet. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą jaglaną 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Ryż 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka collesław 100 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Brzoskwinia 1 szt	Drożdżówka z budyńm 1 szt Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kisiel z jagodami 200 ml Wafle z ciecierzycy 1 szt	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Brzoskwinia 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt	Mini muffiny 2 szt Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 40 g Połędwica z piersi indyka 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Jajko 1 szt Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Ser mozzarella 50 g Papryka 80 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2024-09-20	2024-09-11	2024-09-12	2024-09-13	2024-09-14	2024-09-15	2024-09-16
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	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	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Pomidory koktajlowe 60 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 80 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 Ogórek 80 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt	Mus borówkowy z jogurtem b/c 150 ml	Jogurt naturalny 1 szt	Mus wiśniowy b/c 200 g	Mus wiśniowo-jabłkowy 200 g	Koktajl mango 200 g	Mus truskawkowy 200 g
Obiad	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka czerwony colleslaw b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 80 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Surówka z kapusty kiszonej młodej 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Sos majerankowy 60 g Ryż brązowy 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z pomidora b/cebuli 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 170 g Sos ziołowy 60 g Kalafior 120 g Surówka z sałaty i pomidora 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie z pieczarkowym 100 g Kasza pęczak 140 g Sos miodowo-musztardowy 60 g Sałatka z buraka b/c 100 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Winogrona 100 g	Nektarynka 1 szt	Winogrona 100 g Mini sucharki pełnoziarniste 20 g	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kisiel z jagodami b/c 200 ml Wafle z ciecierzycy 1 szt	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 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	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Pyzdra szynkowa 30 g Ogórek kiszony 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 50 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 60 g Pomidor 70 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek
	2024-09-17	2024-09-18	2024-09-19	2024-09-20	2024-09-11	2024-09-12	2024-09-13
	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	IMID Cukrzycowa Dzieci 3.6A
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser mozarella kulki mini 40 g Papryka 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Jogurt z musem malinowym i posypką z prażonych płatków jęczmiennych 200 g	Jogurt owocowy 1 szt	Koktajl mandarynkowy 200 g	Mus jabłkowy b/c 200 g Wafle kukurydziane 2 szt	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Hummus 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g
Obiad	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 120 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 400 ml Wieprzowina po tokańsku 100 g Ryż brązowy 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Surówka z ogórka i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Schab parowany 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza owsiana 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka colleslaw 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza pęczak 140 g Sos koperkowy 60 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml Karkówka pieczona 80 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka czerwony colleslaw b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos chrzanowy 60 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 140 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brukselkowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty młodej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Nektarynka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Brzoskwinia 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt	Gruszka 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Winogrona 100 g	Nektarynka 1 szt Kefir 1 szt	Kisiel bez cukru 200 ml Mini sucharki pełnoziarniste 20 g	Brzoskwinia 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 70 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 100 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Papryka 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 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	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Sałatka jarzynowa 80 g Pyszka szynkowa 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pyszka schabowa 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2024-09-11 do dnia 2024-09-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2024-09-14	2024-09-15	2024-09-16	2024-09-17	2024-09-18	2024-09-19	2024-09-20
	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 10 g Szynka bankietowa 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek ze szczypiorkiem 80 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml Pyzdra schabowa 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Twarożek z papryką 80 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 50 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka od szwagra 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka na kartki 20 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 40 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Papryka 50 g
Obiad	Zupa ogórkowa 300 ml Schab z pieczoną dynią 100 g Ryż brązowy 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka z pomidora b/cebuli 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z indyka pieczony 110 g Ziemniaki 140 g Kalań 120 g Surówka z sałaty i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Schab parowany 80 g Kasza pęczak 140 g Sos jarzynowy 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka kopenhaska 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 140 g Kalań 120 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Wieprzowina po toskańsku 100 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z ogórka i pomidora 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos majerankowy 60 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml Schab parowany 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza owsiana 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka collesław b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza pęczak 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Ciasto drożdżowe b/cukru 100 g Serek homogenizowany szt. 1 szt	Kisiel z jagodami b/c 200 ml Wafle z ciecierzycy 1 szt	Jabłko 1 szt Jogurt naturalny 1 szt	Nektarynka 1 szt	Brzoskwinia 1 szt Wafle kukurydziane 2 szt	Jabłko 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Nektarynka 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Poledwica z piersi indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 30 g Pasta z ciecierzycy z warzywami i pestkami słonecznika 80 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Sałatka kalafiorowa z jajkiem diet. 100 g Szynka tostowa z kurczą 30 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml