

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2025-08-11	2025-08-12	2025-08-13	2025-08-14	2025-08-15	2025-08-16	2025-08-17
	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	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek miętowy 80 g Szynka Natura Lukullus 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z awokado i pietruszką 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 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 waniliowy 80 g Pyzdra schabowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś							
Obiad	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g Kopytka 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Kasza orkiszowa 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g Kasza gryczana biała 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Pierogi ruskie diet. II 240 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml
P							
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka szwabska diet. 100 g Szynek extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 120 g Schab parowany 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Pasta z cukinii lekka 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Jajko 1 szt Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-08-18	2025-08-19	2025-08-20	2025-08-11	2025-08-12	2025-08-13	2025-08-14
	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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 30 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek miętowy 80 g Szynka Natura Lukullus 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ogórek 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 100 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś				Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany z papryką 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 40 g Pomidor 50 g
Obiad	Barszcz ukraiński diet. 300 ml Schab parowany 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza kuskus 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Potrawka wieprzowa lekka 150 g Ryż brązowy 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 100 g Kasza gryczana biała 140 g Brukselka 120 g Surówka z cukinii b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krem z dyni 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Kasza gryczana biała 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka kopenhaska 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P				Maliny 100 g Skyr naturalny 1 szt	Jabłko 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb pytlowy 60 g Masło 15 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 80 g Szynekowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 15 g Sałatka szwabska 100 g Szynekowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem 120 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 30 g Pasta z cukinii 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek
	2025-08-15	2025-08-16	2025-08-17	2025-08-18	2025-08-19	2025-08-20	2025-08-11
	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	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 60 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 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 kurcząt 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 80 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Papryka 50 g	Skyr naturalny 1 szt
Obiad	Zupa fasolowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brukselka 120 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Schab pieczony ze śliwką 100 g Kasza gryczana biała 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Mizeria 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 140 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka wielowarzywna b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa krupnik z kaszy owsianej 300 ml Potrawka wieprzowa 150 g Ryż brązowy 140 g Kalańior 120 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 100 g Kopytka 140 g Carpaccio z buraczków 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Maliny 100 g	Jogurt naturalny 1 szt Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Morele 2 szt	Śliwki 130 g	Maliny 100 g
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Jajko 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka szwabska 100 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2025-08-12	2025-08-13	2025-08-14	2025-08-15	2025-08-16	2025-08-17	2025-08-18
	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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek miętowy 80 g Szynka Natura Lukullus 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 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 Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g
II Ś	Melon miodowy 150 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 150 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Krem z dyni 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka kopenhaska 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smazony) 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza kuskus 140 g Mizeria 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Maliny 100 g	Jagodzikanka 1 szt	Winogrona 100 g	Brzoskwinia 1 szt
Kolacja	Chleb pyłtowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 80 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Pasta z cukinii 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłtowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2025-08-19	2025-08-20	2025-08-11	2025-08-12	2025-08-13	2025-08-14	2025-08-15
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Masło 10 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek miętowy 80 g Szynka Natura Lukullus 50 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Serek homogenizowany z papryką 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g	Jogurt z kawałkami banana i posypką z orzechów 150 g	Skyr naturalny 1 szt	Melon miodowy 150 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 200 g
Obiad	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 140 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Potrawka wieprzowa 150 g Ryż brązowy 140 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 100 g Kopytka 140 g Carpaccio z buraczków 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka kopenhaska 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 150 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Morele 2 szt	Śliwki 130 g	Maliny 100 g	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Maliny 100 g
Kolacja	Chleb pyłtowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Sałatka szwabska 100 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pyłtowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Ser mozzarella 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 80 g Schab parowany 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pasta z cukinii 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłtowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Połędwica z piersi indyka 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek
	2025-08-16	2025-08-17	2025-08-18	2025-08-19	2025-08-20	2025-08-11	2025-08-12
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 50 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Ogórek 60 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 waniliowy 80 g Pyzdra schabowa 50 g 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 kurcząt 50 g Ser mozzarella kulki mini 40 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 50 g Ser żółty 40 g Papryka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek miętowy 80 g Szynka Natura Lukullus 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Koktajl snickers 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Jogurt owocowy 1 szt	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g	Jogurt z kawałkami banana i posypką z orzechów 150 g	Skyr naturalny 1 szt	Melon miodowy 150 g
Obiad	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza kuskus 140 g Mizeria 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 140 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml Potrawka wieprzowa 150 g Ryż brązowy 140 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 100 g Kasza gryczana biała 140 g Carpaccio z buraczków 120 g Surówka z cukinii b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krem z dyni 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka kopenhaska 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g
P	Jagodzianka 1 szt	Winogrona 100 g	Brzoskwinia 1 szt	Morele 2 szt	Śliwki 130 g	Maliny 100 g	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Jajko 1 szt Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 50 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb pytlowy 60 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Sałatka szwabska 100 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 80 g Szpinak baby 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-08-11 do dnia 2025-08-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2025-08-13	2025-08-14	2025-08-15	2025-08-16	2025-08-17	2025-08-18	2025-08-19
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Rumianek 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Krakowska sucha extra 30 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 Serek wiejski z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 30 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Pyzdra schabowa 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 30 g Ser żółty 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g
II Ś	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy b/c 200 g	Jogurt z musem borówkowym b/c 200 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Maślanka 1 szt	Jogurt z musem malinowym b/c 200 g
Obiad	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brukselka 120 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Schab pieczony ze śliwką 100 g Kasza gryczana biała 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Mizeria 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 140 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka wielowarzywna b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Maliny 100 g	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Morele 2 szt
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem 80 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Pasta z cukinii 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Kurczak gotowany z kurnej półki 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka na kartki 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml

	środa
	2025-08-20
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szyńka naturalna ze straganu 30 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Jogurt z kawałkami banana i posypką z orzechów 150 g
Obiad	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 400 ml Potrawka wieprzowa 150 g Ryż brązowy 140 g Ogórek małosolny 120 g Ogórek małosolny 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Śliwki 130 g
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Szyńkowa extra 30 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml