

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27
	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	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Platki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 80 g Kaziuk 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Bułka wrocławska 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 15 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab na kartki 50 g Pomidor 60 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 ziołami 80 g Szynka bankietowa 30 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 Ser biały 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab na kartki 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie							
Obiad	Zupa kalafiorowa z łazankami 300 ml Połędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa 300 ml pierogi z mięsem II diet. 220 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kluski śląskie 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowy 60 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Potrawka drobiowa diet. 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek							

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek
	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 80 g Szynka bankietowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 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 15 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pierś z kurnej półki 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie					Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Kaziuk 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml Kasza orkiszowa 140 g Sos jarzynowy 60 g	Zupa marchwianka 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Makaron świderki kolorowy 140 g Spinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Kalafior 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński diet. 300 ml Pierogi ruskie diet. II 240 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml Połędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka collesław b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos potrawkowy 60 g	Krem z dyni 300 ml Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek					Skyr naturalny 1 szt	Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Schab na kartki 50 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 oliwkami 80 g Szynka bankietowa 30 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 60 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Schab na kartki 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 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 Ogórek 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 80 g Schab na kartki 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pasta z tofu z koperkiem 50 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 wiejski 50 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Hummus 60 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 400 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Bukiet warzyw 3-ski. 120 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka wielowarzywna 120 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 300 ml Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza gryczana biała 140 g Szpinak 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa minestrone 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana 140 g Mizeria z ogórków kiszonych 120 g Mizeria z ogórków kiszonych 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g Makaron razowy 140 g Sos z pomidorów pelati 60 g Szpinak 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza pęczak 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Jogurt naturalny 1 szt Mandarynka 2 szt	Pomarańcza 1 szt	Mus borówkowy z jogurtem b/c 200 ml	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt Kefir 1 szt	Pomarańcza 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Płatki 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Kaziuk 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Schab na kartki 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka bankietowa 30 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 Połędwica z piersi indyka 60 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Mus truskawkowy z jogurtem posypany płatkami migdałowymi 200 ml	Jogurt z żurawiną, suszonym bananem i orzechami 200 g	Jogurt owocowy 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Jogurt z malinami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Surówka collesław b/c 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z łazankami 300 ml Połędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g Surówka collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni 300 ml Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kluski śląskie 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka wielowarzynna 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Galaretką z borówkami b/cukru 150 ml	Skyr naturalny 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Mandarynka 2 szt	Herbatniki 50 g Mandarynka 2 szt	Koktajl brzoskwiowo-marchewkowy 200 g	Mus borówkowy z jogurtem 200 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa
	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Schab na kartki 50 g Ogórek 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 homogenizowany z pomidorami 80 g Szynka bankietowa 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 od szwagra 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Piersz z kurnej półki 50 g Ser biały 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Pancakes 2 szt Dżem szt 1 szt	Koktajl jogurtowo jagodowy 200 g	Jogurt owocowy 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Mandarynka 2 szt	Mus truskawkowy z jogurtem posypany płatkami migdałowymi 200 ml	Jogurt z żurawiną, suszonym bananem i orzechami 200 g
Obiad	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka panier.w sezamie 110 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Kasza gryczana 140 g Sos musztardowy 60 g Mizeria z ogórków kiszonych 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 80 g Sos z pomidorów pelati 60 g Makaron świderki kolorowy 140 g Surówka z papryki z olejem 100 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka czerwony collestaw 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml Polędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Jogurt z mussem malinowym i crunchy 200 g	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt Biszkopty 30 g	Szarlotka mascarpone 125 g	Galaretka z borówkami 150 ml	Skyr naturalny 1 szt	Melon Kantalupe 150 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Filet z indyka maślany 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Schab na kartki 50 g Łopatka z pietruszką 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka bankietowa 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 50 g Ser biały 80 g Miód szt. 1 szt Papryka 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 Schab na kartki 50 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ogórek 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 homogenizowany z pomidorami 80 g Szynka bankietowa 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 od szwagra 50 g Serek wiejski 80 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Jogurt owocowy 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Jogurt z malinami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt Kefir 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Pancakes 2 szt Dżem szt 1 szt	Koktajl jogurtowo jagodowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt
Obiad	Krem z dyni 300 ml Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kluski śląskie 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ziemniaki 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka wielowarzywna 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka panier.w sezamie 110 g Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa minestrone 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Mizeria z ogórków kiszonych 120 g Kompot owocowy 250 ml Kasza gryczana 140 g Sos musztardowy 60 g	Zupa kapuśniak 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 80 g Makaron świderki kolorowy 140 g Sos z pomidorów pelati 60 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Mandarynka 2 szt	Herbatniki 50 g Mandarynka 2 szt	Koktajl brzoskwiowo-marchewkowy 200 g	Mus borówkowy z jogurtem 200 ml	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt Biszkopty 30 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25
	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	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Schab na kartki 50 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 Szynkowa extra 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pierś z kurnej półki 50 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Kaziuk 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 Serek wiejski z koperkiem 80 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Schab na kartki 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Twarożek z oliwkami 80 g Szynka bankietowa 30 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Skyr naturalny 1 szt	Mandarynka 2 szt	Mus truskawkowy z jogurtem posypany płatkami migdałowymi b/c 200 ml	Jogurt z żurawiną, suszonym bananem i orzechami 200 g	Jogurt naturalny 1 szt Mini sucharki pełnoziarniste 15 g	Jogurt z malinami, suszonym bananem i płatkami migdałowymi 150 g	Kefir 1 szt
Obiad	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Kalafor 120 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz ukraiński 300 ml Pierogi ruskie II z okrasą 240 g Surówka czerwony collesław 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml Polędwiczka wieprzowa z jabłkami 100 g Kasza pęczak 140 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Surówka collesław b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos potrawkowy 60 g	Krem z dyni 300 ml Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza orkiszowa 140 g Brokuły 120 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza gryczana 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka wielowarzynowa 120 g Kalafor 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Szarlotka mascarpone 125 g	Galaretką z borówkami 150 ml	Kiwi 1 szt	Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt	Koktajl jogurtowo brzoskwinowy b/c 200 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31
	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	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 60 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 Schab na kartki 50 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Serek homogenizowany z pomidorami 80 g Szynka bankietowa 30 g Papryka 80 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 lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 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 Szynekowa extra 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie	Serek homogenizowany natur kg 150 g	Jabłko 1 szt	Koktajl jogurtowo jagodowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Mandarynka 2 szt
Obiad	Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 300 ml Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza gryczana biała 140 g Szpinak 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jarzynowy 60 g	Zupa minestrone 300 ml Zraz schabowy z szynką 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana 140 g Mizeria z ogórków kiszonych 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 80 g Makaron razowy 140 g Sos z pomidorów pelati 60 g Szpinak 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 80 g Kasza pęczak 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kalafior 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 colleslaw b/c 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Mus borówkowy z jogurtem b/c 200 ml	Jogurt z musem malinowym i crunchy 200 g	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt Wafle z ciecierzycy 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Galaretką z borówkami b/cukru 150 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27
	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
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Chleb pyłowy 50 g Masło 15 g Ser mozzarella 40 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml Szpinak baby 10 g	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pyłowy 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Łopatka z pietruszką 30 g Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kajzerka 1 szt Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pyszka schabowa 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek
	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Kolacja	Chleb pyłowy 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Filet z indyka maślany 50 g Pomidor 60 g Szpinak baby 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g Schab parowany 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 pyłowy 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser mozzarella 40 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata b/cukru 250 ml Szpinak baby 10 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 30 g Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g Grahamka mini 1 szt Masło 15 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 15 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	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 jarzynowa 80 g Schab parowany 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 Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb pyłowy 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml Szpinak baby 10 g	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pyłowy 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Buleczka alpejska mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa
	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 50 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 jarzynowa 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 Pyszka schabowa 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z tuńczyka 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Chleb pyłowy 30 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml Szpinak baby 10 g	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 50 g Schab na kartki 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29
	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 10 g Szynkowa extra 50 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Buteczka alpejska mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 50 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 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	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 50 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 jarzynowa 80 g Schab parowany 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2025-01-30	2025-01-31	2025-01-21	2025-01-22	2025-01-23	2025-01-24	2025-01-25
	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 10 g Pyszka schabowa 50 g Ser żółty 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z tuńczyka 80 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser mozzarella 40 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 80 g Herbata b/cukru 250 ml Szpinak baby 20 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Hummus z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g Buleczka alpejska mini 1 szt Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-01-21 do dnia 2025-01-31 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2025-01-26	2025-01-27	2025-01-28	2025-01-29	2025-01-30	2025-01-31
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Pasta drobiowo warzywna 80 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	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	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Salatka jarzynowa 80 g Schab parowany 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 tuńczyka 80 g Szynka tostowa z kurcząt 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml