

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-07-11	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kaziuk 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 Pierś z kurnej półki 50 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Połędwica z piersi indyka 60 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	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	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie							
Obiad	Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy 60 g Makaron orzo 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora b/cebuli 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Kotlet pożarski z pieca 100 g Kluski śląskie 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml Schab po tokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Botwinka lekka 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza gryczana biała 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml
Podwieczorek							

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14
	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 jęczmienne na mleku 300 g 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kaziuk 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 Pierś z kurnej półki 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 60 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml
2. śniadanie				Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Jajko 1 szt Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 60 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa kalafiorowa 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z kukurzy z kaszą jęczmienną 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 140 g Szpinak 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z soczewicą 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ryż 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa cygańska 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki z startym jajkiem 110 g Makaron razowy 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z kapusty kiszonej młodej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos pieczarkowy 60 g Kasza pęczak 140 g Kalafior 120 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Kotlet pożarski z serem i żurawiną 100 g Kasza gryczana biała 140 g Szpinak 120 g Surówka z kukurzy b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek				Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Maliny 100 g Skyr naturalny 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek
	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11
	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 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 żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Twarożek chrzanowy 100 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne 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 pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser mozarella 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	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	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g
Obiad	Krem z dyni 300 ml Schab po tokańsku 100 g Kasza gryczana biała 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka kopenhaska z młodej kapusty 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chłodnik z jajkiem 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 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 jarzynowa z soczewicą 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	Zupa cygańska 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki z startym jajkiem 110 g Makaron orzo 140 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Morele 2 szt	Brzoskwinia 1 szt	Kiwi 1 szt	Nektarynka 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt Jabłko 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Jabłko 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18
	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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser biały 80 g Pierś z kurnej półki 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Połędwica z piersi indyka 60 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 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	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 kurczą 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Krakowska sucha extra 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 Szynka bankietowa 30 g Papryka 60 g Herbata z cukrem 250 ml
2. śniadanie	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 150 g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos pieczarkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Kotlet pożarski z serem i żurawiną 100 g Kluski śląskie 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni 300 ml Schab po tokańsku 100 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka kopenhaska z młodej kapusty 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka w panierce panko 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chłodnik z jajkiem 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Nektarynka 1 szt	Arbuz 200 g	Maliny 100 g	Morele 2 szt	Brzoskwinia 1 szt	Banan 1 szt	Nektarynka 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15
	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	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 Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kaziuk 50 g Ser żółty 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 Ser biały 80 g Pierś z kurnej półki 60 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 50 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Ogórek 60 g Sałata 10 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 zapiecką 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
2. śniadanie	Koktajl snickers 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g
Obiad	Zupa z kukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z soczewicą 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ryż 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa cygańska 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki z startym jajkiem 110 g Makaron orzo 140 g Surówka z kapusty kiszonej młodej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos pieczarkowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Kotlet pożarski z serem i żurawiną 100 g Kluski śląskie 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Krem z dyni 300 ml Schab po tokańsku 100 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka kopenhaska z młodej kapusty 120 g Kompot owocowy 250 ml
Podwieczorek	Jagodzianka 1 szt	Winogrona 100 g	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt	Arbuz 200 g	Maliny 100 g	Morele 2 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota
	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12
	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	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	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Krakowska sucha extra 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 Szynka bankietowa 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 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 razowy 80 g Masło 10 g Kaziuk 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 Ser biały 80 g Pierś z kurnej półki 30 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g
2. śniadanie	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 200 g	Koktajl snickers 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g	Jogurt z musem wiśniowym b/c 200 g
Obiad	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka w panierce panko 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Chłodnik z jajkiem 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Kompot rabarbarowy 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z kukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z soczewicą 300 ml Bitka z kurczaka lekka 100 g Sos ziołowy 60 g Ryż 140 g Marchewka talarki z natką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa cygańska 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki z startym jajkiem 110 g Makaron razowy 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z kapusty kiszonej młodej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z indyka pieczony 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza bulgur 140 g Marchewka z groszkiem 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Brzoskwinia 1 szt	Banan 1 szt	Nektarynka 1 szt	Jagodzianka 1 szt	Winogrona 100 g	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19
	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	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 60 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Ryż brązowy na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 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	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurczą 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Rumianek 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek chrzanowy 80 g Krakowska sucha extra 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 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
2. śniadanie	Serek homogenizowany natur kg 150 g	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym i płatkami migdałów 200 g	Jogurt owocowy z ananase i miętą 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy b/c 200 g	Jogurt z musem borówkowym b/c 200 g	Koktajl snickers 200 g
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Wieprzowina duszona 100 g Sos pieczarkowy 60 g Kasza pęczak 140 g Kalańior 120 g Surówka z pomidora z cebulą 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pejzanka 300 ml Kotlet pożarski z serem i żurawiną 100 g Kasza gryczana biała 140 g Buraczki 120 g Surówka z cukinii b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krem z dyni 300 ml Schab po tokańsku 100 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka kopenhaska z młodej kapusty 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ryż brązowy 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Chłodnik z jajkiem 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 140 g Ogórek małosolny 120 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot rabarbarowy bez cukru 250 ml	Zupa fasolowa 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z kapusty kiszanej młodej b/c 120 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza bulgur 140 g Szpinak 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
Podwieczorek	Brzoskwinia 1 szt	Maliny 100 g	Morele 2 szt	Brzoskwinia 1 szt	Kiwi 1 szt	Nektarynka 1 szt	Jabłko 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela
	2025-07-20
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	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
2. śniadanie	Jogurt naturalny 1 szt
Obiad	Zupa jarzynowa z soczewicą 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
Podwieczorek	Brzoskwinia 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

piątek		sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
2025-07-11		2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17
IMID Lekkostrawna 2C Kobiety		IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety
Kolacja	Chleb pyłowy 60 g	Kajzerka 1 szt	Chleb pszenny 70 g	Grahamka mini 1 szt	Chleb pyłowy 60 g	Chleb pszenny 70 g	Chleb pszenny 70 g
	Bulka wrocławska 50 g	Bulka wrocławska 70 g	Bulka wrocławska 30 g	Bulka wrocławska 30 g	Bulka wrocławska 50 g	Bulka wrocławska 30 g	Bulka wrocławska 30 g
	Masło 15 g	Masło 15 g	Masło 15 g	Masło 15 g	Masło 15 g	Masło 15 g	Masło 15 g
	Szynka z piersi kurczaka 50 g	Szynka naturalna ze straganu 50 g	Szynka z zalewy Szuster 30 g	Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g	Filet z indyka maślany 50 g	Salatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 120 g	Szynka z indyka 30 g
	Hummus buraczkowy 80 g	Pomidor 60 g	Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g	Szynkowa extra 30 g	Pomidor 60 g	Schab parowany 30 g	Pasta z cukinii lekka 80 g
	Pomidor 60 g	Salata lodowa 10 g	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g	Szpinak baby 10 g	Pomidor 60 g	Pomidor 60 g
	Salata 10 g	Herbata z cukrem 250 ml	Salata 10 g	Salata 10 g	Herbata z cukrem 250 ml	Herbata z cukrem 250 ml	Salata 10 g
Herbata z cukrem 250 ml			Herbata z cukrem 250 ml	Herbata owocowa z cukrem 250 g			Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14
	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
Kolacja	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Połędwica 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	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Hummus buraczkowy 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 naturalna ze straganu 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 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 z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek
	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11
	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
Kolacja	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 Salatka 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 Szyńka z indyka 30 g Pasta z cukinii 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńka 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 pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szyńka z piersi kurczaka 30 g Hummus buraczkowy 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18
	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
Kolacja	Buleczka alpejska mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenney 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Szynkowa extra 30 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 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 pszenney 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 pszenney 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 pytlowy 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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15
	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
Kolacja	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 pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Hummus buraczkowy 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Buleczka alpejska mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra szynkowa 50 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Papryka 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 Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Papryka 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 z zielonego groszku i sera żółtego 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota
	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19	2025-07-20	2025-07-11	2025-07-12
	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
Kolacja	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 pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g Polędwica z piersi indyka 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	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 razowy 100 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Hummus buraczkowy 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 naturalna ze straganu 50 g Papryka 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2025-07-13	2025-07-14	2025-07-15	2025-07-16	2025-07-17	2025-07-18	2025-07-19
	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
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 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 z zielonego groszku i sera żółtego 80 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	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Salatka 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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-07-11 do dnia 2025-07-20 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela
	2025-07-20
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Kolacja	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