

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-10-01 do dnia 2025-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2025-10-01	2025-10-02	2025-10-03	2025-10-04	2025-10-05	2025-10-06	2025-10-07
	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	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Twarożek z awokado i pietruszką 80 g Szynkowa extra 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 250 ml	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 Paszтет produkcja własna 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 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 Pyzdra szynkowa 40 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś							
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z ryżem 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 140 g Jarzyny po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza kuskus 140 g Sos majerankowy 60 g Marchewka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana biała 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Kopytka 140 g Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka tostowa z kurczątką 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kajzerka 1 szt Bułka wrocławska 70 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z zalewy Szuster 30 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka szwabska diet. 120 g Szynkowa 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

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-10-01 do dnia 2025-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2025-10-08	2025-10-09	2025-10-10	2025-10-01	2025-10-02	2025-10-03	2025-10-04
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szyńka 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 bazyliowy 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 Szyńka bankietowa 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 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	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
II Ś				Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szyńkowa extra 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany natur kg 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Paszтет produkcja własna 80 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem muszelki 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 300 ml Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekką 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza gryczana 140 g Sałata ze śmietaną 120 g Kalafior 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza bulgur 140 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Makaron razowy 140 g Sos majerankowy 60 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P				Mandarynka 2 szt	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 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 Szyńka z indyka 30 g Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Pomidor 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńka tostowa z kurcząt 50 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńka z piersi kurczaka 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g Grahamka mini 1 szt Masło 15 g Szyńka naturalna ze straganu 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-10-01 do dnia 2025-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa
	2025-10-05	2025-10-06	2025-10-07	2025-10-08	2025-10-09	2025-10-10	2025-10-01
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica z piersi indyka 60 g Ogórek 60 g Herbata b/cukru 250 ml Sałata 10 g	Płatki żytnie 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 Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g 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 bazyliowy 100 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	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	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Szynkowa extra 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 60 g Pomidor 50 g	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	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Ogórek 50 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos chrzanowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana biała 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Kasza jęczmienna 140 g Sos pieczeniowy 60 g Brukselka 120 g Surówka kopenhaska 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Kasza orkiszowa 140 g Kalańior 120 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml Klopsik z indyka z oliwkami 100 g Ryż brązowy 140 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Kiwi 1 szt	Śliwki 130 g Skyr naturalny 1 szt	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Mandarynka 2 szt
Kolacja	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 Sałatka szwabska 100 g Szynkowa 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 kaszy gryczanej z kurczakiem 100 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 jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata b/cukru 250 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 z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-10-01 do dnia 2025-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2025-10-02	2025-10-03	2025-10-04	2025-10-05	2025-10-06	2025-10-07	2025-10-08
	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	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 60 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata z cukrem 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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pasztet produkcja własna 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 Polędwica z piersi indyka 30 g Ser biały 80 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 Pyzdra szynkowa 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
II Ś	Deser tiramisu 125 g	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 150 g	Jogurt owocowy z ananaseм i miętą 200 g
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml Kotlet schabowy 100 g Ziemniaki 140 g Sałata ze śmietaną 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Dorsz w płatkach kukurydżianych 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 140 g Surówka z kapusty kiszonej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza kuskus 140 g Sos majerankowy 60 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce 100 g Kopytka 140 g Sos pieczeniowy 60 g Carpaccio z buraczków 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem muszelki 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Winogrona 100 g	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 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 naturalna ze straganu 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 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 Sałatka szwabska 100 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 pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 100 g Schab parowany 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2025-10-01 do dnia 2025-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2025-10-09	2025-10-10	2025-10-01	2025-10-02	2025-10-03	2025-10-04	2025-10-05
	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	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 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	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Filet z indyka maślane 50 g Pomidory koktajlowe 50 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 Paszтет produkcja własna 80 g Piersz 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 Połędwica z piersi indyka 50 g Ser biały 80 g Ogórek 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Szarlotka mascarpone 125 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 150 g	Koktajl jogurtowo malinowy 200 g	Deser tiramisu 125 g	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g	Jogurt z musem wiśniowym i crunchy czekoladowym 200 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt
Obiad	Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Surówka z marchwii z chrzanem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet schabowy 100 g Ziemniaki 140 g Sałata ze śmietaną 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Dorsz w płatkach kukurydżianych 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka z kapusty kiszzonej 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g	Zupa kalafiorowa 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g Kasza kuskus 140 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Mandarynka 2 szt	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt	Melon Kantalupe 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 30 g Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami 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 twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Rzodkiewka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 50 g Sałatka grecka z fetą 150 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 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 Jajko w jogurcie ze szczypiorkiem 1 szt 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

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek
	2025-10-06	2025-10-07	2025-10-08	2025-10-09	2025-10-10	2025-10-01	2025-10-02
	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	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 Pyzdra szynkowa 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 bazyliowy 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	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 80 g Szynkowa extra 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 homogenizowany natur kg 60 g Filet z indyka maślany 30 g Pomidory koktajlowe 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g	Jogurt owocowy z ananaseм i miętą 200 g	Szarlotka mascarpone 125 g	Jogurt z borówkami, suszonym bananem i migdałami 200 g	Koktajl jogurtowo malinowy b/c 200 g	Jogurt naturalny 1 szt
Obiad	Zupa kapuśniak 300 ml Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana biała 140 g Surówka z papryki z olejem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce 100 g Kopytka 140 g Sos pieczeniowy 60 g Carpaccio z buraczków 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem muszelki 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g Surówka z kapusty pekińskiej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g Kompot owocowy 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza gryczana 140 g Buraczki 120 g Sałata ze śmietaną 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Winogrona 100 g	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Mandarynka 2 szt	Jabłko 1 szt
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Sałatka szwabska 150 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	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 150 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 jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pytlowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Połędwica z piersi indyka 50 g Ogórek kiszony 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa z kurcząt 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Krakowska sucha extra 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2025-10-03	2025-10-04	2025-10-05	2025-10-06	2025-10-07	2025-10-08	2025-10-09
	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 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 Paszтет produkcja własna 80 g Piers z kurnej półki 30 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ser biały 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie 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 Pyzdra szynkowa 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g 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 Masło 10 g Twarożek bazyliowy 80 g Krakowska sucha extra 30 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Pudding bananowy z masłem orzechowym i nasionami chia 200 g	Jogurt z musem wiśniowym b/c 200 g	Serek homogenizowany natur kg 150 g	Skyr naturalny 1 szt	Kokosowy pudding z tapioki z musem truskawkowym 150 g	Jogurt owocowy z ananasem i miętą 200 g	Szarlotka mascarpone 125 g
Obiad	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza bulgur 140 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszonej 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Makaron razowy 140 g Sos majerankowy 60 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos chrzanowy 60 g Kasza pęczak 140 g Brokuły 120 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kapuśniak 300 ml Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza gryczana biała 140 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 120 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Kasza jęczmienna 140 g Sos pieczeniowy 60 g Surówka kopenhaska 120 g Brukselka 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Karkówka pieczona w pesto Rosso 100 g Kasza orkiszowa 140 g Kalafior 120 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml Klopsik z indyka z oliwkami 100 g Ryż brązowy 140 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Śliwki 130 g	Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt	Śliwki 130 g	Jabłko 1 szt	Mandarynka 2 szt	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 80 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g Bułeczka 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	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 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	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka z kaszy gryczanej z kurczakiem 100 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 jajeczna z suszonymi pomidorami 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

	piątek
	2025-10-10
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	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
II Ś	Jogurt z musem borówkowym b/c 200 g
Obiad	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Jarzynka z koperkiem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Śliwki 130 g
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 80 g Polędwica z piersi indyka 30 g Ogórek kiszony 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml