

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-04-21 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt (MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 523,4 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 337,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynekowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 615,4 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 379,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynekowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 659,6 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 386,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (MLE) Chleb razowy 140 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynekowa 20 g (GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	Piaseczno Wątroń.-Trzustk.	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (GLU) Ser biały 60 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynekowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 546,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 364,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

2024-04-21 niedziela	Piaseczno Wizodowa		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 546,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 364,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 173,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 242,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 237,1 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 351,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno L Bezmleczna Ap.		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g ( <b>GLU</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 337,8 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 353,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
2024-04-22 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Mandarynka 2 szt	Zupa brukselkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka ryżowa z kurczakiem, ananasem i kukurydzą 80 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 214 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 334,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno Podstawowa		Zupa brukselkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 150 g ( <b>MLE, SEL</b> ) Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka ryżowa z kurczakiem, ananasem i kukurydzą 80 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 316,1 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 68,2 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2024-04-22 poniedziałek	Płateczno Lekkostrawna		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron kokardki 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Polędwica sopočka 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 449,9 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 365,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6	
	Płateczno Cukrzycowa	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa brukselkowa 300 ml (MLE, SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron razowy 170 g (GLU) Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Sałatka z ryżem brązowym i kurczakiem diet. 80 g Polędwica sopočka 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 259,7 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 280,5 Błonnik pokarmowy [g] 45	
	Płateczno Wątrob.-Trzustk.	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron kokardki 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica sopočka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,2 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 348,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Płateczno Wizodowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron kokardki 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica sopočka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 325,2 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 348,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Płateczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Serek homog. słodzony kg 100 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	Płateczno L. Bezmielczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mandarynka 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron kokardki 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Polędwica sopočka 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 308,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 365,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9

2024-04-22 poniedziałek	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Potrawka drobiowa diet. 150 g (SEL) Makaron kokardki 170 g (GLU) Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Salatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Polędwica sopocka 20 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 358,6 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek chrzanowy 80 g (MLE) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Buraczki 70 g (GLU, SEL) Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasztet 60 g (GLU, JAJ, MWP) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 644,8 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 102,4 Węglowodany ogółem [g] 351,6 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek chrzanowy 80 g (MLE) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Buraczki 70 g (GLU, SEL) Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasztet 60 g (GLU, JAJ, MWP) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)
2024-04-23 wtorek	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasztet 60 g (GLU, JAJ, MWP) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 865,8 Białko ogółem [g] 105,4 Tłuszcz [g] 103 Węglowodany ogółem [g] 390,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek chrzanowy 80 g (MLE) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU) Pomidor 20 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasztet 60 g (GLU, JAJ, MWP) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 567,6 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 106,2 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,4
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek 80 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)

2024-04-23 wtorek	Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa piastowska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 798,4 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 414,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 100 ml ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 075,6 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 235,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Paszet 60 g ( <b>GLU, JAJ, MWP</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 697,1 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 396,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Paszet 60 g ( <b>GLU, JAJ, MWP</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 696,3 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 378 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
2024-04-24 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa fasolowa 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza gryczana 170 g Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> )	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 398,6 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 348,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza gryczana 170 g Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,8 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 352 Błonnik pokarmowy [g] 37,5

2024-04-24, środa

Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2331,4 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 76,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 339,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,7
Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 20 g	Zupa fasolowa 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza gryczana 170 g Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> )	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2336,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 95,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 88,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 294 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 53,9
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2335,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 76,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 340,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,9
Piaseczno Wzrodowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2335,7 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 76,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 340,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,9
Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2255,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 109,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 91,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 260,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 20,8
Piaseczno I. Bezmielczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Sałatka jarzynowa II 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2222 <b>Białko</b> ogółem [g] 76,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,8 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 334,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,8

2024-04-24 środa	Piaszczno L Bezmielczna 4p.		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa II 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,6 Białko ogółem [g] 80,3 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Mus truskawkowy z jogurtem 150 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka po toskańsku 100 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka kiszzonego 70 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 647,7 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 115,8 Węglowodany ogółem [g] 317 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
2024-04-25 czwartek	Piaszczno Podstawowa		Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka po toskańsku 100 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórka kiszzonego 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 838 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 120,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaszczno Lekkostrawna		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 559,7 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 357,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaszczno Cukrzykowa	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g		Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka po toskańsku 80 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z ogórka kiszzonego 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	

2024-04-25 czwartek	Piaseczno Wątrob.-Tizusiek.		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica sopočka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 415,9 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Połudwica sopočka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 415,9 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 173,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 242,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 150 g	Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 241,7 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 341,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa zacierkowa 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 346,9 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 349,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
2024-04-26 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Mandarynka 2 szt	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kluski leniwe 250 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Budyń 200 ml ( <b>MLE, GLU</b> )	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 476,3 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3



2024-04-26 piątek	Piaseczno Podstawowa					Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Kluski leniwe 250 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 480,1 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Piaseczno Lekkostrawna					Zupa marchwianka 300 ml ( <b>SEL</b> ) Kluski leniwe 250 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 535,6 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 91,5 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 20 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 1 szt		Chleb razowy 90 g ( <b>GLU</b> ) Mini sucharki pełnoziarniste 20 g Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 272,4 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 278,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,8		
	Piaseczno Wątrob.-Tłuszcz.					Zupa marchwianka 300 ml ( <b>SEL</b> ) Kluski leniwe 250 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna z dynią 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 611,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 389,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Piaseczno Wrzodowa					Zupa marchwianka 300 ml ( <b>SEL</b> ) Kluski leniwe 250 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta warzywna z dynią 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 611,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 85,7 Węglowodany ogółem [g] 389,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2024-04-26 piątek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 157,6 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 253 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna z dynią 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mandarynka 2 szt	Zupa marchwianka 300 ml ( <b>SEL</b> ) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Budyń na mleku sojowym 200 ml ( <b>MLE, GLU, SOJ</b> )	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 041,6 Białko ogółem [g] 58,9 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 349,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna z dynią 80 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml ( <b>SEL</b> ) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta z makreli 80 g ( <b>MLE, JAJ, RYB</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Połudwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 1 890,3 Białko ogółem [g] 57,3 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 313,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
2024-04-27 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa jarzynowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Ryż 170 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z selera (z majonezem) 70 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 339,8 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 343,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z selera (z majonezem) 70 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 485,7 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 359,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 401,5 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 350 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2024-04-27 sobota	Płaczeczno Cukrzykowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa jarzynowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Surówka z selera (z majonezem) 70 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 272,1 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,1	
	Płaczeczno Wątrob.-Tzuskik.	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 428,7 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 360,7 Błonnik pokarmowy [g] 25
	Płaczeczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 428,7 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 360,7 Błonnik pokarmowy [g] 25
	Płaczeczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 173,6 Białko ogółem [g] 107,8 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 242,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Płaczeczno L. Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Dżem 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 930,8 Białko ogółem [g] 64,6 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 305,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,7
	Płaczeczno L. Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Dżem 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Klopsik wieprzowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż 170 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 075,5 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 60,1 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

2024-04-28 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka 90 g Salata 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 316,8 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka 90 g Salata 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 458,6 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 336,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor 90 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 495,5 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 354 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (MLE) Chleb razowy 140 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Ogórek 20 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 100 g (MLE, JAJ) Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 270 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 268,5 Błonnik pokarmowy [g] 48
	Piaseczno Wątrobowo-Trzustk.	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 472,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 472,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Błonnik pokarmowy [g] 29

2024-04-28 niedziela	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 176,6 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 259,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 40 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 156,5 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziec kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Poledwica sopočka 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 133,5 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 303,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
2024-04-29 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa kapuśniak z kapusty pekińskiej 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z ogórka i pomidora 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 135,8 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kapuśniak z kapusty pekińskiej 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z ogórka i pomidora 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,7 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 80 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 374,1 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 360,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

2024-04-29 poniedziałek	Piaseczno Cukrzykowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Serek topiony 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 20 g	Zupa kapuśniak z kapusty pekińskiej 300 ml ( <b>MWP, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron razowy 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z ogórka i pomidora b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 246,8 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 287,8 Błonnik pokarmowy [g] 45,3	
	Piaseczno Wątrob.-Trzuskik.	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 331,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Wirodowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 331,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 075,6 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 235,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku sojowym 250 ml ( <b>GLU, SOJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 399,2 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 384,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na mleku sojowym 250 ml ( <b>GLU, SOJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Makaron pene 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta z soczewicy czerwonej 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 421,5 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 382,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,4

2024-04-30 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Papryka 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Budyń 200 ml (MLE, GLU)	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica sopocka 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 469,1 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 361,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7	
	Piaseczno Podstawowa	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Papryka 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt		Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica sopocka 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 433 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 357,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 513,1 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 383,4 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaseczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka Maryny 20 g (GLU) Pomidor 20 g	Zupa brokułowa z kaszą bulgur 300 ml (MLE, GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica sopocka 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 130,7 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 279,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Piaseczno Wątrob.-Tłustk.	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor b/ skórki 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 450,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 378 Błonnik pokarmowy [g] 31,1

2024-04-30 wtorek	Piaseczno Wzrostowa	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor b/ skórki 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica sopočka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 450,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 65,1 Węglowodany ogółem [g] 378 Błonnik pokarmowy [g] 31,1	
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,6 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,8	
	Piaseczno L.Bezmleczna Dzieci	Ryż na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka na Dzień dobry 40 g (GLU) Pomidor 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Budyń na mleku sojowym 200 ml (MLE, GLU, SOJ)	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopočka 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 271,1 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 369,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Piaseczno L.Bezmleczna 4p.	Ryż na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka na Dzień dobry 40 g (GLU) Pomidor 70 g Dżem 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g			Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopočka 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 237,9 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 356,4 Błonnik pokarmowy [g] 28



**Oznaczenia alergenów:**

- MLE* - *Białko mleka krowiego,*
- GLU* - *Gluten,*
- JAJ* - *Jaja kurze,*
- OZI* - *Orzechy ziemne,*
- OAR* - *Orzechy archaidowe,*
- OWŁ* - *Orzechy włoskie,*
- SEL* - *Seler,*
- S02* - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- RYB* - *Ryby,*
- SKO* - *Skorupiaki,*
- MIE* - *Mięczaki,*
- SOJ* - *Soja,*
- STR* - *Rośliny strączkowe,*
- GOR* - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- SEZ* - *Ziarno sezamu,*
- ŁUB* - *Łubin i produkty pochodne,*