

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2024-05-01 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Medalion wieprzowy z cebulką 150 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego 70 g Brokuly 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 80 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 276,2 <b>Białko ogółem [g]</b> 104,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 73,6 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 311,5 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 28,6
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Medalion wieprzowy z cebulką 150 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego 70 g Brokuly 80 g 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> ) Salatka kalafiorowa z serem żółtym, szynką i kukurydzą 80 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 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 tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 448,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 112,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 78,8 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 335,6 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 31
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Medalion wieprzowy z cebulką 150 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuly 150 g 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> ) Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 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 tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 308,1 <b>Białko ogółem [g]</b> 98,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 76,2 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 319,3 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30
	Piaseczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion wieprzowy z cebulką 150 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Brokuly 80 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Mandarynka 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 262,8 <b>Białko ogółem [g]</b> 101,5 <b>Tłuszcz [g]</b> 87,4 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 269,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 47,8
	Piaseczno Wątrobowo-Tłuszcz.	Kasza manna 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion wieprzowy 110 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuly 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> ) Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 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 tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna[kcal] [kcal]</b> 2 376,9 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,2 <b>Tłuszcz [g]</b> 75,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 339,4 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 30,3

2024-05-01 środa	Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion wieprzowy 110 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 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> ) Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 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 tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 376,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homogenizowany natur kg 100 g ( <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] 2 177,6 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 232,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopity 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Medalion wieprzowy 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 136,6 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Medalion wieprzowy 120 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Salatka kalafiorowa z jajkiem diet. 80 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Maryny 20 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 tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 208,4 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 317 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
2024-05-02 czwartek	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> ) Rolada z kurczakiem Duda 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml ( <b>SEL</b> ) Kartacze z mięsem 3 szt ( <b>GLU</b> ) Surówka colleslaw 70 g ( <b>JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 071,6 Białko ogółem [g] 66 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 327 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Piaseczno Podstawowa	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> ) Rolada z kurczakiem Duda 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml ( <b>SEL</b> ) Kartacze z mięsem 3 szt ( <b>GLU</b> ) Surówka colleslaw 70 g ( <b>JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 130,2 Białko ogółem [g] 69,6 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7

2024-05-02 czwartek	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (SEL) Kartacze z mięsem 3 szt (GLU) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,9 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 379,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Surówka collesław b/c 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 biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 732,7 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 207,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,8
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt sos ziołowy b/glut 60 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 886,9 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno Wzrodowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt sos ziołowy b/glut 60 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 886,9 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Serek homogenizowany natur 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] 2 259,6 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 249,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	Piaseczno L. Bezmielczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ)	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (SEL) Kartacze z mięsem 3 szt (GLU) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 110 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

2024-05-02 czwartek	Piaseczno L Bezmielczna 4p.					Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 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 biała z indyka Łukosz 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 148,6 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kisiel z jabłkiem 150 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml (MLE, GLU, SEL) Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 555 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 360,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5	
	Piaseczno Podstawowa		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml (MLE, GLU, SEL) Dorsz w cieście bazyliowym 100 g (MLE, GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 639,2 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 98,3 Węglowodany ogółem [g] 361,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,8	
	Piaseczno Lekkostrawna		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml (MLE, GLU, SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ) Szynka piastowska 20 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 419,3 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 359,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3	
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta kalafiorowa diet. 80 g (MLE) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml (MLE, GLU, SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 344,3 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Błonnik pokarmowy [g] 49,9

2024-05-03 piątek	Piaseczno Wątrob.-Tuzusik.		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g ( <b>SEL</b> ) 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 piastowska 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> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 363 Białko ogółem [g] 79,8 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 379,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,7
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 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	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 539,4 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 413,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	Piaseczno Płynna		Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 175,6 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g ( <b>SEL</b> ) 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 piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 296 Białko ogółem [g] 68,2 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 400,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml ( <b>GLU</b> , <b>SEL</b> ) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g ( <b>RYB</b> ) Sos koperkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g ( <b>SEL</b> ) 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 Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 287,8 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 382,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,2

2024-05-04 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska z pieczarkami 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka kopenhaska 70 g ( <b>MLE, GOR</b> ) Marchewka talarki mix 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> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,3 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska z pieczarkami 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka kopenhaska 70 g ( <b>MLE, GOR</b> ) Marchewka talarki mix 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 369,1 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka talarki mix 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 282,2 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Salata 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska z pieczarkami 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka kopenhaska 150 g ( <b>MLE, GOR</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> ) Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 136,7 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 47,1
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka talarki mix 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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	Wartość energetyczna[kcal] 2 275,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,2

2024-05-04 sobota	Piaseczno Wizytowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka talarki mix 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 275,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	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	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 Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka talarki mix 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 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] 2 102,2 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 292,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pieczeń rzymska 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Marchewka talarki mix 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 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 Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 069,6 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 279 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
2024-05-05 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g ( <b>JAJ</b> ) Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotle Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 497,4 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g ( <b>JAJ</b> ) Kalafior 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> ) Szynka z kotle 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 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 598,9 Białko ogółem [g] 132,1 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 346,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

2024-05-05 niedziela

Piecaczno Lekkostrawna	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) 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 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 596,5 Białko ogółem [g] 133,2 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piecaczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy 140 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml Kalafior 80 g	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 284,9 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,1
Piecaczno Wątrob.-Trzustk.	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 70 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 70 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 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> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 645,1 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 363,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
Piecaczno Wzrostowa	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 70 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 70 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 40 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> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 645,1 Białko ogółem [g] 131,9 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 363,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
Piecaczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <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] [kcal] 2 285,8 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 102,8 Węglowodany ogółem [g] 242,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
Piecaczno L Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 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	Mus truskawkowo-banany 150 g	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 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] [kcal] 2 188,6 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2



2024-05-05 niedziela	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (GLU, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 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] 2 334,6 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 328,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Schab Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Zupa zalewajka grzybowa 300 ml (MLE, GLU, MWP, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowo śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Makaron kokardki 170 g (GLU) Salatka z buraka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka szwabska 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 247 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
2024-05-06 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Schab Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zalewajka grzybowa 300 ml (MLE, GLU, MWP, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowo śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Makaron kokardki 170 g (GLU) Salatka z buraka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka szwabska 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 399,2 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Schab Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa 300 ml (MLE, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowy 60 g (MLE) Makaron kokardki 170 g (GLU) Salatka z buraka diet. 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka szwabska diet. 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 349 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 367,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Cukrzykowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Schab Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa zalewajka grzybowa 300 ml (MLE, GLU, MWP, SEL) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowo śmietanowy 60 g (MLE, GLU) Makaron razowy 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka szwabska diet. 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 195,3 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 284,7 Błonnik pokarmowy [g] 44,7

2024-05-06 poniedziałek	Piaseczno Wątrob.-Tzuskik.		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z buraka diet. 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 083,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 328,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,9
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z buraka diet. 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 083,9 <b>Białko</b> ogółem [g] 85,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 328,4 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,9
	Piaseczno Płynna		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] 2 157,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 96,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 89,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 253 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 20,8
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g ( <b>GLU, JAJ</b> )	Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 60 g Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z buraka diet. 70 g Brokuły 80 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 Szynka miódowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> ) Salatka szwabska diet. 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 025,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 80 <b>Tłuszcz</b> [g] 49,2 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 327,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z indyka pieczony 100 g Sos szpinakowy b/ml 60 g Makaron kokardki 170 g ( <b>GLU</b> ) Salatka z buraka diet. 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> ) Salatka szwabska diet. 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pomidor 90 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 076,6 <b>Białko</b> ogółem [g] 83,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 56,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 320,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,2
2024-05-07 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Mini muffiny 2 szt	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Kalafior 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> ) Poledwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 042 <b>Białko</b> ogółem [g] 78,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 67,3 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 290,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,4

2024-05-07 wtorek	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 28,4	
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 151,6 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 314,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1	
	Piaseczno Cukrzykowa	Platki żytnie na mleku 250 g (MLE) Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Szynka Maryny 20 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 067,4 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 277,7 Błonnik pokarmowy [g] 48
	Piaseczno Wątrob.-Trzuskik.	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 309,3 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 353,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Ser biały 60 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 309,3 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 353,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaseczno 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	Kefir 1 szt (MLE)	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

2024-05-07 wtorek	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 007 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 321 Błonnik pokarmowy [g] 27,6	
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 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] 1 917,7 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 51,1 Węglowodany ogółem [g] 298 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
2024-05-08 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,3 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,9	
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos z pomidorów pelati 60 g		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 391,4 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 331 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 256 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

2024-05-08 środa

Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 80 g (MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Papryka 20 g	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 70 g (JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 289,1 Białko ogółem [g] 103,8 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Błonnik pokarmowy [g] 49
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 304,1 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
Piaseczno Wizodowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 304,1 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Masło 10 g (MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (MLE)		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] 2 330,4 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 260,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 056,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2024-05-08 środa	Płateczno L. Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (SEL) Wieprzowina duszona 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło roślinne 5 g Jajko 1 szt (JAJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 242,7 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 310,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Płateczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Tyrolska 40 g (GLU, MWP) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka panier. w płatkach kukurydzianych 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 80 g (MWP) Surówka z selera (z majonezem) 70 g (JAJ, SEL) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	
2024-05-09 czwartek	Płateczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Tyrolska 40 g (GLU, MWP) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka panier. w płatkach kukurydzianych 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 80 g (MWP) Surówka z selera (z majonezem) 70 g (JAJ, SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 444,1 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
	Płateczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 40 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 353,8 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 365,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Płateczno Cukrzykowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Tyrolska 40 g (GLU, MWP) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU) Ogórek 20 g	Zupa minestrone z łazankami 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z selera (z majonezem) b/c 80 g (JAJ, SEL) Surówka z selera (z majonezem) b/c 70 g (JAJ, SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	

2024-05-09 czwartek	Piaseczno Wątrob.-Tzuskik.		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g 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 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 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> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,1 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 366 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g 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 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 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> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,1 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 366 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	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 minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g 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 Kiełbasa szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 126,9 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 353,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Piaseczno L.Bezmleczna 4p.		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, JAJ, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g 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 Kiełbasa szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU</b> ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 214,4 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 355,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
2024-05-10 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa pejazanka 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Naleśniki z serem II 2 szt ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g ( <b>JAJ</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 008,4 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 269,9 Błonnik pokarmowy [g] 17,4

2024-05-10 piątek	Piaseczno Podstawowa	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa pejszanka 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 160,6 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 298,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,7	
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna 80 g (JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 165 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 21	
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (MLE) Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Ogórek 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 5 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa pejszanka 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawko wy b/c 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szprotkami 80 g (JAJ) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 256 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 264,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
	Piaseczno Wątrobowo-Tłuszcz.	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 156,5 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Piaseczno Wizardowa	Ryż na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 156,5 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Jogurt naturalny 1 szt (MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (SEL) 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



2024-05-10 piątek	Plaszczo L Bezmleczna Dzieci	Ryż na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus mango 200 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Sos jogurtowo-truskawko wy z jogurtem sojowym 60 g (SOJ) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna 80 g (JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,7 Białko ogółem [g] 60,7 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 345,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Plaszczo L Bezmleczna 4p.	Ryż na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Sos jogurtowo-truskawko wy z jogurtem sojowym 60 g (SOJ) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU) Bułka wrocławska 20 g (GLU) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna 80 g (JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 062,9 Białko ogółem [g] 66,6 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 317 Błonnik pokarmowy [g] 23,5

### **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,*