

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-05-01 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Krem z dyni 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 987,4 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 283 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 046 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 68,3 Węglowodany ogółem [g] 287,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 120 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,1 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 376,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 50 g (MLE) Ogórek 30 g	Krem z dyni 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy 110 g (GLU, SEL) Makaron razowy 170 g (GLU) Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 116,9 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 272,4 Błonnik pokarmowy [g] 46

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-01 czwartek	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 120 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 183,8 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 343,3 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaszczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 120 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 183,8 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 343,3 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaszczno L Bezmielczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 120 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 965,4 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 46,3 Węglowodany ogółem [g] 324,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Piaszczno L Bezmielczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (SEL) Gulasz drobiowy lekkostrawny 120 g (GLU, SEL) Makaron świderki 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 073,5 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 332,5 Błonnik pokarmowy [g] 32

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-01 czwartek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Serek homogenizowany natur kg 100 g (MLE) herbata owocowa 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 263,7 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 251 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
2025-05-02 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z morelą 150 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (SEL, LUB) Dorsz w płatkach kukurydźnianych 100 g (JAJ, RYB) Ziemniaki 170 g Surówka collesław 70 g (JAJ) Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,7 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (SEL, LUB) Dorsz w płatkach kukurydźnianych 100 g (JAJ, RYB) Ziemniaki 170 g Surówka collesław 70 g (JAJ) Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 566 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 105,6 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL, LUB) 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 Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ) Szynka piastowska 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,8 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 287,7 Błonnik pokarmowy [g] 31

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-02 piątek	Piaszczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (SEL, ŁUB) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (RYB) Sos koperkowy 60 g (GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka collesław b/c 70 g (JAJ) Jarzynki po grecku 80 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 320,6 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 86,4 Węglowodany ogółem [g] 287,3 Błonnik pokarmowy [g] 52,5	
	Piaszczno Wątrob. - Trzusk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL, ŁUB) 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 Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,7 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaszczno Wzrodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL, ŁUB) 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 Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,7 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 302,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z morelą 150 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL, ŁUB) 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 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,4 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 51,9 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (SEL, ŁUB) 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 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,9 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,4

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-02 piątek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,7 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 248,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 60 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Surówka kopenhaska 70 g (MLE, GOR) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 155,6 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Salceson wyborny 60 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Surówka kopenhaska 70 g (MLE, GOR) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 375,4 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 170 g (GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,1 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-03 sobota	Piaszczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 60 g (GLU) Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 20 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Surówka kopenhaska 70 g (MLE, GOR) Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 088 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 259,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,6
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,3 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaszczno Wzrostowa	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,3 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 170 g (GLU) Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 023,8 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Szynka pieczona z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 60 g (GLU) Kasza bulgur 170 g (GLU) Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (GLU)

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-03 sobota	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Jogurt naturalny 1 szt (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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 161,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 254,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (GOR) Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z rzepy białej 70 g (MLE, JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 254,3 Białko ogółem [g] 116 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (GOR) Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z rzepy białej 70 g (MLE, JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 509,9 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 322,6 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyunka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 394,4 Białko ogółem [g] 132,4 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-04 niedziela

Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (<i>MLE</i>) Chleb razowy 120 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g (<i>GLU</i>) Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</i>) Masło 5 g (<i>MLE</i>) Ser biały 50 g (<i>MLE</i>) Ogórek 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (<i>MLE, GLU, SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (<i>GLU</i>) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z rzepy białej 70 g (<i>MLE, JAJ</i>) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka z kotła Gustavus 40 g (<i>GLU</i>) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 282 Białko ogółem [g] 123,5 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 261,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,8
Piaseczno Wątroby-Trzusk.	Kakao 250 g (<i>MLE</i>) Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>MLE, GLU, JAJ, SOJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g (<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (<i>GLU, SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>MLE, GLU, JAJ, SOJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka z kotła Gustavus 40 g (<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550,8 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g (<i>MLE</i>) Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>MLE, GLU, JAJ, SOJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g (<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (<i>GLU, SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (<i>MLE, GLU, JAJ, SOJ</i>) Masło 15 g (<i>MLE</i>) Szyńka z kotła Gustavus 40 g (<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 550,8 Białko ogółem [g] 133,5 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Masło roślinne 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g (<i>GLU</i>) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</i>)	Rosół z makaronem 300 ml (<i>GLU, SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (<i>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</i>) Masło roślinne 15 g Szyńka z kotła Gustavus 40 g (<i>GLU</i>) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 992 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 268,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-04 niedziela	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,2 Białko ogółem [g] 116,5 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 274 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (MLE, GLU) Masło 15 g (MLE) Serek homog.śłodzony kg 100 g (MLE) herbata owocowa 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] 2 339,9 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 104,8 Węglowodany ogółem [g] 248,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
2025-05-05 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (MLE)	Zupa brukselkowa 300 ml (MLE, SEL) Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-piecz arkowym 130 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Brokuły 80 g Ogórek kiszony 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 048 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brukselkowa 300 ml (MLE, SEL) Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-piecz arkowym 130 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Brokuły 80 g Ogórek kiszony 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 20 g (GLU) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 311,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,2

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-05 poniedziałek	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Schab parowany 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,9 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 340,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 50 g (MLE) Papryka 20 g	Zupa brukselkowa 300 ml (MLE, SEL) Schab po cygańsku pieczony w sosie pomidorowo-piecz arkowym 130 g (GLU) Kasza pęczak 170 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Salatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 205,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,6
	Piaseczno Wątrobowo-Trzusk.	Zacierka na mleku 250 ml (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miodowa z Dudy 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 140 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 308 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno Wrzodowa	Zacierka na mleku 250 ml (MLE, GLU, JAJ) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miodowa z Dudy 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 140 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 308 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-05 poniedziałek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 266,7 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (SEL) Schab parowany 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,3 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (MLE, GLU) Jogurt naturalny 1 szt (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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 254,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
2025-05-06 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 074,1 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 261,3 Błonnik pokarmowy [g] 24	

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-06 wtorek

Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 377,4 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 379,4 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
Piaseczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka Maryny 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (MLE, SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 128,3 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Błonnik pokarmowy [g] 46,9
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,4 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-06 wtorek	Piasieczno Wzrostowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 252,4 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piasieczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 794 Białko ogółem [g] 68,2 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 261,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piasieczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (SEL) Rolada karkowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 061,5 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 308,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Piasieczno Płynna	Zupa mleczna miksuwana 400 ml (MLE, GLU) Serek homog.śłodzony kg 100 g (MLE) herbata owocowa 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] [kcal] 2 227,7 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 248,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-07 środa	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Połędwica z warzywami JBB 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kartacze z mięsem 3 szt (GLU, JAJ) Sałatka z buraka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 222,2 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 335,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Piaszczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Połędwica z warzywami JBB 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kartacze z mięsem 3 szt (GLU, JAJ) Sałatka z buraka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 364,2 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6
	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (GLU, JAJ) Sałatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 264,2 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 345,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Piaszczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Połędwica z warzywami JBB 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Bitka schabowa 120 g (GLU) Kasza gryczana 170 g Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL) Sałatka z buraka b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 342 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 48,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-07 środa

Piasечно Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenney 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Salatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenney 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [g] 2 144,5 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
Piasечно Wzrodowa	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenney 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL) Salatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 1 Por Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenney 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [g] 2 114,9 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
Piasечно L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenney 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g (GLU) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL) Salatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenney 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) 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] [g] 2 053,1 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 294,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
Piasечно L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenney 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g (GLU) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g (JAJ) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (GLU, SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos potrawkowy 60 g (GLU, SEL) Salatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenney 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [g] 2 162,5 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 297,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,6

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-07 środa	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (MLE, GLU) Masło 10 g (MLE) Serek homogenizowany 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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 334,5 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 261,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (MLE)	Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalań 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (GLU) Hummus dyniowy 60 g Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 144,3 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 328,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalań 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (GLU) Hummus dyniowy 60 g Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 270,9 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 347,7 Błonnik pokarmowy [g] 33
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (GLU, SEL) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalań 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (GLU) Hummus dyniowy 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 278,4 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 358,6 Błonnik pokarmowy [g] 33

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-08 czwartek

Płateczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż brązowy 170 g Kalafior 80 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (GLU) Hummus dyniowy 60 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 201,2 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 54,6
Płateczno Wątrob.-Trzustk.	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (GLU, SEL) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńka konserwowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 231 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
Płateczno Wzrostowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (GLU, SEL) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati 60 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńka konserwowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 231 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
Płateczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (GLU, SEL) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 955,2 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-08 czwartek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (GLU) Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (GLU, SEL) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g (JAJ, SEL) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 042,7 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	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 owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 227,7 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 248,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
2025-05-09 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńkowa 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy z jagoda 200 g (MLE)	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (MLE, JAJ, RYB) Szyńka Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 057,4 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 264,4 Błonnik pokarmowy [g] 18,3
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńkowa 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (MLE, JAJ, RYB) Szyńka Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 074,1 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 292,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szyńkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 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-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (MLE, JAJ, RYB) Szyńka Maryny 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 072,6 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 296,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,9

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-09 piątek	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka bankietowa 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa kapuśniak 300 ml (SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-wisniowy 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (MLE, JAJ, RYB) Szynka Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 224,5 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 88,1 Węglowodany ogółem [g] 270,2 Błonnik pokarmowy [g] 40,4
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 128,7 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Piaseczno Wzrodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) 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-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 128,7 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jagodowy 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (JAJ, RYB) Szynka Maryny 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 868,9 Białko ogółem [g] 61,2 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (GLU) Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 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 (GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (JAJ, RYB) Szynka Maryny 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (GLU) Wartość energetyczna[kcal] 1 967,6 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-09 piątek	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 (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,7 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 254,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 896,6 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 271 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 109 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 088,7 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 306,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 921,1 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 256,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-05-01 do dnia 2025-05-10 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-05-10 sobota	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,9 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaszczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,9 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 851 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 45,3 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kasza jęczmienna 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 130 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 949,4 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Piaszczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna mikсована 400 ml (MLE, GLU) Serek homog.śłodzony kg 100 g (MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 227,7 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 248,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

Oznaczenia alergenów:

MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
JAJ - Jaja i produkty pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
SEL - Seler i produkty pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
RYB - Ryby i produkty pochodne,
SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
MIE - Mięczaki i produkty pochodne,
SOJ - Soja i produkty pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,