

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-08-01 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,5 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 272,1 Sód [mg] 1 911,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,4
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 082,7 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 297,7 Sód [mg] 2 132,1 Błonnik pokarmowy [g] 20
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 084,1 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 298,8 Sód [mg] 1 513,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,3

2025-08-01 piątek

Piaseczno Cukrzykowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 261,3 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 280,1 Sód [mg] 3 049 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,5 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Sód [mg] 1 529,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 109,5 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Sód [mg] 1 529,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,3
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (3-JAJ, 4-RYB) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,3 Białko ogółem [g] 64,5 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Sód [mg] 1 882,2 Błonnik pokarmowy [g] 26

2025-08-01 piątek	Piaszczno L Bezmielczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (3-JAJ, 4-RYB) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 961 Białko ogółem [g] 69,5 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 312,8 Sód [mg] 2 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaszczno Płynna	Zupa mleczna mikсована 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Sód [mg] 1 032,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-02 sobota	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 809,9 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 256,7 Sód [mg] 2 890 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaszczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 022,3 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Sód [mg] 3 399,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

2025-08-02 sobota

Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 030,8 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Sód [mg] 3 144,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 051,2 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 267 Sód [mg] 4 428,2 Błonnik pokarmowy [g] 51,5
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 56,5 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Sód [mg] 3 144,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
Piaseczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 56,5 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Sód [mg] 3 144,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

2025-08-02 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 884,1 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 43,7 Węglowodany ogółem [g] 308,9 Sód [mg] 2 887,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,9	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pulpą mango 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 908,4 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 45,7 Węglowodany ogółem [g] 295,2 Sód [mg] 3 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.śłodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Sód [mg] 1 038,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-03 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 273,6 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 286 Sód [mg] 3 904,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,8	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,6 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 276,3 Sód [mg] 3 938,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2025-08-03 niedziela

Piaszczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 202,7 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 290,5 Sód [mg] 3 592,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
Piaszczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynekowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynekowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Kalańior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 252,7 Sód [mg] 4 706,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,9
Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,3 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Sód [mg] 3 931,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
Piaszczno Wrzodowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,3 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Sód [mg] 3 931,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9

2025-08-03 niedziela	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 912,6 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 265,4 Sód [mg] 3 503,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Karkówka pieczona 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynekowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 076,2 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 287 Sód [mg] 3 949,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 248,8 Sód [mg] 1 032,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-04 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 151,8 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Sód [mg] 3 272,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7	

2025-08-04 poniedziałek

Piaszczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencu 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 331 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Sód [mg] 3 800 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
Piaszczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 286,2 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 346 Sód [mg] 3 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaszczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa z zielonego groszku po florencu 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Ryż brązowy 170 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 280,6 Sód [mg] 3 806 Błonnik pokarmowy [g] 51,8
Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Poledwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 199,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sód [mg] 2 926,8 Błonnik pokarmowy [g] 29

2025-08-04 poniedziałek	Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 199,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60,5 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sód [mg] 2 926,8 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Surówka z pomidora b/cebuli 70 g	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 049,5 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Sód [mg] 3 196,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 128,3 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Sód [mg] 3 555,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсована 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 166,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 253 Sód [mg] 1 045,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-08-05 wtorek	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka makaronowa z wędliną, serem i warzywami 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 447,6 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 309,3 Sód [mg] 4 018,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Piaszczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt		Zupa meksykańska z kaszą pęczak 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka makaronowa z wędliną, serem i warzywami 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 559,9 Białko ogółem [g] 112,6 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Sód [mg] 4 191,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Piaszczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka makaronowa z wędliną i warzywami diet. 80 g (1-GLU, 7-MLE) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 566,1 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 361,5 Sód [mg] 3 965,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

2025-08-05 wtorek	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa meksykańska z kaszą, pęczak 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Sałatka makaronowa (makaron raz) z wędliną, serem i warzywami 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 554,1 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Sód [mg] 5 027,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,9	
	Piaseczno Wątroby-Trzustki	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,2 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Sód [mg] 3 436,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno Wrzodowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,2 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Sód [mg] 3 436,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1

2025-08-05 wtorek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Brokuły 80 g	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka makaronowa z wędliną i warzywami diet. b/ml 80 g (1-GLU, 6-SOJ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 319,6 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 347,2 Sód [mg] 3 868,2 Błonnik pokarmowy [g] 32	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka makaronowa z wędliną i warzywami diet. b/ml 80 g (1-GLU, 6-SOJ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 425,6 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 353,9 Sód [mg] 4 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,7
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikszowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 279,3 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Sód [mg] 998,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-08-06 środa	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 279,8 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Sód [mg] 3 765,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,2	
	Piaszczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 320,9 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Sód [mg] 4 262,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,9 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Sód [mg] 3 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,9

2025-08-06 środa	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Chłodnik z jajkiem 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 243,8 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Sód [mg] 4 839,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,2	
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 369,3 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 342,8 Sód [mg] 3 375,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kca l] [kcal] 2 369,3 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 342,8 Sód [mg] 3 375,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2025-08-06 środa	Piaseczno L Bezmieczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jablkowy 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Sód [mg] 2 852,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051,9 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 298,3 Sód [mg] 3 259,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Sód [mg] 1 038,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-07 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki biszkoptowe 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 5-OZI, 6-SOJ, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 12-S02)	Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,4 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Sód [mg] 2 806,7 Błonnik pokarmowy [g] 27

2025-08-07 czwartek

Pięseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 106,2 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Sód [mg] 2 853,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
Pięseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 112 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Sód [mg] 2 986,3 Błonnik pokarmowy [g] 27
Pięseczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Kalańor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 290 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 295,6 Sód [mg] 3 991,8 Błonnik pokarmowy [g] 50,8
Pięseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,1 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 337 Sód [mg] 3 395,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2025-08-07 czwartek	Piaseczno Wzrostowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,1 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 337 Sód [mg] 3 395,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Sałata z sosem vinegret 70 g	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 095,9 Białko ogółem [g] 75,7 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 318,6 Sód [mg] 3 432,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt Sałata z sosem vinegret 70 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 184,8 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Sód [mg] 3 802,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Sód [mg] 998,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-08-08 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz w platkach kukurydzianych 100 g (3-JAJ, 4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 414,7 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Sód [mg] 2 402,4 Błonnik pokarmowy [g] 29	
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz w platkach kukurydzianych 100 g (3-JAJ, 4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 641 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 337,5 Sód [mg] 2 892,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy 60 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 352,7 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 344,1 Sód [mg] 2 410,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,6

2025-08-08 piątek

Piaszczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Papryka 20 g	Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 482,9 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 301,4 Sód [mg] 3 339,2 Błonnik pokarmowy [g] 49,4	
Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos koperkowo-cytryno wy 60 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Sód [mg] 2 451,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
Piaszczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos koperkowo-cytryno wy 60 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Sód [mg] 2 451,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,8

2025-08-08 piątek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos koperkowo-cytrynowy 60 g	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 037 Białko ogółem [g] 77,4 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Sód [mg] 2 416 Błonnik pokarmowy [g] 32,3	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone lekkostrawna 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos koperkowo-cytrynowy 60 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 182 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 330,3 Sód [mg] 2 639,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,4 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 244,8 Sód [mg] 1 061,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
2025-08-09 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 80 g (1-GLU, 7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 995,2 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 272,7 Sód [mg] 3 369,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,3	

2025-08-09 sobota

Piaszczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana duet z masłem i bułką tartą 80 g (1-GLU, 7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 166,4 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Sód [mg] 3 527 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
Piaszczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Sód [mg] 3 627,4 Błonnik pokarmowy [g] 25
Piaszczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 043,2 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 257,2 Sód [mg] 4 406,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,6
Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,6 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Sód [mg] 3 493,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2025-08-09 sobota	Piaseczno Wzrodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 096,6 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Sód [mg] 3 493,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 862,2 Białko ogółem [g] 74,6 Tłuszcz [g] 52,8 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Sód [mg] 3 546,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony 100 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 923,4 Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 282,7 Sód [mg] 3 710 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 272,4 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 264,5 Sód [mg] 1 009,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,4

2025-08-10 niedziela	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kalańior 120 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 336,1 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 279,7 Sód [mg] 3 600 Błonnik pokarmowy [g] 22	
	Piaszczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kalańior 120 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 414,9 Białko ogółem [g] 116,1 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 321,7 Sód [mg] 4 107,5 Błonnik pokarmowy [g] 25
	Piaszczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalańior 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 391,4 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 317,8 Sód [mg] 4 004,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	Piaszczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z pomidora z cebulą 70 g Kalańior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 112,6 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 250,2 Sód [mg] 4 442,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,6

2025-08-10 niedziela	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 183,8 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sód [mg] 3 713,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU, 6-SOJ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 183,8 Białko ogółem [g] 110,9 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Sód [mg] 3 713,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalańior 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 130,3 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sód [mg] 3 817,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalańior 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 102,3 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Sód [mg] 4 201,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

2025-08-10 niedziela	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,4 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 251,9 Sód [mg] 1 038,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
----------------------	------------------	---	--	--	--	------------------------------	------------------------------	---

Oznaczenia alergenów:

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-SO₂ - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,