

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-08-11 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki kakaowe 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa peizanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 563,6 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 345,3 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa peizanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 576,8 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 348,8 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 580,8 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 367,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

2025-08-11 poniedziałek

Piaseczno Cukrzycowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 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) Twarożek 60 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa peizanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 100 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z cukinii b/c 70 g (7-MLE) Brukselka 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) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 459,5 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 96,6 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 53,2
Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 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] 2 528,6 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 366,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
Piaseczno Wzrodowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 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] 2 528,6 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 366,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biskopky 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 343,1 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 342,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7

2025-08-11 poniedziałek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 100 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 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] 2 468,6 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 358 Błonnik pokarmowy [g] 34
	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 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-12 wtorek	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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Krem z dyni 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 200 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 067,5 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 284,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaseczno Podstawowa	Płatki 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,4 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Błonnik pokarmowy [g] 33

2025-08-12 wtorek

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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 172,9 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 298,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
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) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 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) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Krem z dyni 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) 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 od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 228,5 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 290,7 Błonnik pokarmowy [g] 54,2
Piaszczno Wątrob.-Trzusk.	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) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 067,7 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2025-08-12 wtorek	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) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 067,7 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	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 Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 882,3 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Błonnik pokarmowy [g] 35
	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 Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek słonecznika 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g 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 roślinne 5 g Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 1 969,8 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 283,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 100 ml (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] 2 213,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 245,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2025-08-13 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 176,3 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 264,5 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka ryżowa z warzywami, serem i szynką 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 337,7 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,7 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,1

2025-08-13 środa

Piaseczno 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) 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) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 20 g	Zupa ogórkowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 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) Sałatka z ryżem brązowym i zielonym ogórkiem 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 345,9 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 287,9 Błonnik pokarmowy [g] 53,6
Piaseczno Wątrob. - Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 107,1 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
Piaseczno Wzrządowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 107,1 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 299,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 200 g	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 997,3 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

2025-08-13 środa	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos potrawkowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka ryżowa z warzywami i szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 060,9 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Błonnik pokarmowy [g] 30
	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] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-14 czwartek	Piaseczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa wędzona 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 277,1 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Piaseczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Ogórek małosolny 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa wędzona 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 496,8 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 346,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,8

2025-08-14 czwartek	Piaszczno Lekkostrawna	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa wędzona 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 585,4 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 376,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,5
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki 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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) 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 Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Ogórek małosolny 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Kielbasa szynkowa wędzona 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,2 Białko ogółem [g] 102,9 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,6
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa wędzona 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 Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 360,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,4

2025-08-14 czwartek	Piaszczno Wrzodowa	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa wędzona 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 Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 427 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 360,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,4
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa wędzona 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,7 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 51,8 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa wędzona 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 Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 259 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 354,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,3
	Piaszczno 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	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2025-08-15 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jablkowy 200 g	Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna z makrelą 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 333,5 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 332,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna z makrelą 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 382,7 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna z makrelą 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 311,4 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2025-08-15 piątek	Piaszczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1- GLU , 7- MLE) Chleb razowy 100 g (1- GLU , 3- JAJ , 6- SOJ , 11- SEZ) Masło 10 g (7- MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7- MLE) Szynka bankietowa 20 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) Ser żółty 20 g (7- MLE) Ogórek 20 g	Zupa fasolowa 300 ml (9- SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4- RYB) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) Pasta jajeczna z makrelą 60 g (3- JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1- GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 164,2 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,8	
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Zacierka na mleku 250 ml (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7- MLE) Szynka bankietowa 20 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9- SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g 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) 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] 2 235,5 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaszczno Wrzodowa	Zacierka na mleku 250 ml (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7- MLE) Szynka bankietowa 20 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9- SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g 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) 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] 2 235,5 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	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 bankietowa 40 g (1- GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9- SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4- RYB) Sos koperkowy 60 g (1- GLU) Kasza bulgur 170 g (1- GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z makrelą 60 g (3- JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1- GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 058,1 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

2025-08-15 piątek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z makrelą 80 g (3-JAJ) 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 Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 067,8 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 278,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	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	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-16 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 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopcy 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z papryki z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 047 Białko ogółem [g] 70,4 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 274,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
	Piaseczno Podstawowa	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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z papryki z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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] 2 124,7 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 278,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,6

2025-08-16 sobota

Piasечно Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i> , 9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1- <i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Paszтет 50 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 5 g (7- <i>MLE</i>) Szynka konserwowa 20 g (1- <i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 190,6 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 292,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
Piasечно Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i>) Chleb razowy 140 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i> , 6- <i>SOJ</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i> , 6- <i>SOJ</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 5 g (7- <i>MLE</i>) Szynka konserwowa 40 g (1- <i>GLU</i>) Papryka 20 g	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i> , 9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Kasza bulgur 170 g (1- <i>GLU</i>) Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Szpinak 80 g (1- <i>GLU</i>) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i> , 6- <i>SOJ</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Paszтет 50 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 192,4 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 255,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,7
Piasечно Wątrob. Trzusk.	Kawa mleczna 250 g (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (1- <i>GLU</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Szynka od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Paszтет 50 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 5 g (7- <i>MLE</i>) Szynka konserwowa 20 g (1- <i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,5 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
Piasечно Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 40 g (1- <i>GLU</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Szynka od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 15 g (7- <i>MLE</i>) Paszтет 50 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło 5 g (7- <i>MLE</i>) Szynka konserwowa 20 g (1- <i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 2 306,5 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2025-08-16 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 976,8 Białko ogółem [g] 66,8 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,8	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 053,3 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 286,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	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 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-17 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,3 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9	

2025-08-17 niedziela

Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką 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) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 237,3 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 309,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 90 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,1 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 312,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) 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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka czerwony collesław z żółtą marchewką b/c 70 g Brukselka 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 318,6 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
Piaseczno Wątrobowo-Trzusk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,3 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2025-08-17 niedziela	Piaseczno Wzrodowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,3 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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 lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 914,1 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 50 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka lekka 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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 lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,8 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 198,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 265,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,4

2025-08-18 poniedziałek

Piaszczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Mizeria 70 g (7-MLE) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g (13-LUB) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 383,7 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
Piaszczno Podstawowa	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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Mizeria 70 g (7-MLE) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g (13-LUB) Szynka piastowska 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 426,9 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 336,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
Piaszczno Lekkostrawna	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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński b/ml b/gl 400 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Szynka piastowska 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,6 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
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) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza gryczana biała 170 g Mizeria 70 g (7-MLE) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g (13-LUB) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,1 Białko ogółem [g] 105,7 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,9

2025-08-18 poniedziałek

Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Płatki 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 152,3 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
Piaseczno Wrzodowa	Płatki 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 152,3 Białko ogółem [g] 98,4 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus brzoskwińskiowy 200 g	Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 991 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane 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-SO2) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 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 Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 149,9 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

2025-08-18 poniedziałek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (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	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,3 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 246,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-19 wtorek	Piaseczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Budyń 200 ml (1-GLU, 6-SOJ, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-SO2)	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 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 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 133,3 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 297 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 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) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 097,2 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno 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) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) 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) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2025-08-19 wtorek

Piaszczno Cukrzycowa	Platki 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) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 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	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 182,8 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 285 Błonnik pokarmowy [g] 54,8
Piaszczno Wątrob. - Trzustk.	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) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 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) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 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] 2 133,1 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
Piaszczno Wzrostowa	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) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 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) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 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] 2 133,1 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa brokułowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jabłkami i żurawiną 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 100 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] 1 886,9 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 33,5

2025-08-19 wtorek	Piaseczno L Bezsmeczna 4p.	Platki zytne na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenncy 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 15 g Pieczon wiedenska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		ZUpa brokulowa z ryzem brazowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z jablkami i zurawina 140 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenncy 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenncy 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,2 Bialko ogółem [g] 83,7 Tluszcz [g] 55,9 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Piaseczno Plynna	Zupa mleczna mikswana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Rumianek 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 Bialko ogółem [g] 109,4 Tluszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-08-20 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenncy 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus borówkowy 200 g	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryz brazowy 170 g Ogórek małosolny 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenncy 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jablkami i slonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 235,8 Bialko ogółem [g] 94,6 Tluszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Błonnik pokarmowy [g] 36
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenncy 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryz brazowy 170 g Ogórek małosolny 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g		Chleb pszenncy 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jablkami i slonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenncy 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 383,8 Bialko ogółem [g] 103,6 Tluszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

2025-08-20 środa	Piaszczno Lekkostrawna	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab Maryny 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,7 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 377,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,3
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki 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) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) 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) Tyrolska 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa krupnik z kaszy owsianej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Ogórek małosolny 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 96,4 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Błonnik pokarmowy [g] 52,6
	Piaszczno Wątrobowo-Trzustki	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 462,5 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 375,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,1

2025-08-20 środa	Piaseczno Wzrostowa	Platki 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) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 462,5 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 375,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus borówkowy 200 g	Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna 60 g (3-JAJ) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 348,2 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jaglanej 300 ml (9-SEL) Potrawka wieprzowa lekka 150 g (1-GLU, 9-SEL) Ryż brązowy 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna 60 g (3-JAJ) Schab Maryny 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,8 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 360 Błonnik pokarmowy [g] 36,5
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany natur 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] 2 249,3 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

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-S02 - 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,