

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-08-21 czwartek	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Surówka z papryki z olejem 70 g Szpinak 80 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 901,1 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 65,8 Węglowodany ogółem [g] 256,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Piaszczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Szpinak 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g		Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 973,1 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 271,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Piaszczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 181,2 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 319,8 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Piaszczno Cukrzykowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka piastowska 20 g Ogórek 30 g	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza pęczak 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Szpinak 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 002,8 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,6

2025-08-21 czwartek	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 897,3 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 284,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 897,3 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 284,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus jabłkowo-brzoskwi niowy 200 g	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Salatka brokułowa z jajkiem b/ml 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 839,1 Białko ogółem [g] 71,3 Tłuszcz [g] 51,2 Węglowodany ogółem [g] 287 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Salatka brokułowa z jajkiem b/ml 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 860,9 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 54,4 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,3 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-08-22 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z natką pietruszki 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z cukinią, marchewką i porem 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 314,2 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z natką pietruszki 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z cukinią, marchewką i porem 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,4 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 295,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z jabłkiem 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Szynka piastowska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 104,2 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z natką pietruszki 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g Papryka 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z cukinią, marchewką i porem 120 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 504,8 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 55,9
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 028,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2025-08-22 piątek	Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 028,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biskvity 30 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 815,4 Białko ogółem [g] 65 Tłuszcz [g] 54,3 Węglowodany ogółem [g] 278,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 896,2 Białko ogółem [g] 70,8 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Serek homogenizowany waniliowy 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 247,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-23 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 148,7 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 61,6 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,7

2025-08-23 sobota	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Salceson wyborny 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 372,1 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 198,4 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Pomidor 20 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Brukselka 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 109,2 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 271,4 Błonnik pokarmowy [g] 55,3
	Piaseczno Wątrobowo-Trzustki	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,8 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

2025-08-23 sobota	Piasieczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,8 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piasieczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 948,5 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 37
	Piasieczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Szynka pieczona z warzywami 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 978,4 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Piasieczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Jogurt naturalny 1 szt Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	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
2025-08-24 niedziela	Piasieczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z rzepy białej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 233,9 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 27

2025-08-24 niedziela	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z rzepy białej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 489,5 Białko ogółem [g] 131,1 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 567,7 Białko ogółem [g] 131 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Ogórek 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z rzepy białej 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 282,8 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 266,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,3
	Piaseczno Wątrobowo-Trzustk.	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 570,7 Białko ogółem [g] 130,8 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 570,7 Białko ogółem [g] 130,8 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2025-08-24 niedziela	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 165,3 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 313 Błonnik pokarmowy [g] 29,3	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,4 Białko ogółem [g] 115,6 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml Masło 15 g Serek homog.słodzony kg 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 357,5 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 104,8 Węglowodany ogółem [g] 253,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-25 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa 20 g Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 201,8 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 288,4 Błonnik pokarmowy [g] 27	
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa 20 g Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zalewajka grzybowa 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 418,7 Białko ogółem [g] 105,9 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2025-08-25 poniedziałek	Piaszczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 460,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 328,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaszczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 50 g Papryka 20 g	Zupa zalewajka grzybowa 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Kasza bulgur 170 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 345,3 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 52,1
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,7 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaszczno Wzrodowa	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 257,7 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 73,9 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 120 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 297,6 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 334,8 Błonnik pokarmowy [g] 34

2025-08-25 poniedziałek	Piaseczno L Bezsmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Drobimex 70 g Pomidor 30 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 20 g Hummus z pesto rosso 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,3 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Jogurt naturalny 1 szt Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	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
2025-08-26 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 80 g Dżem 20 g Papryka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kruche ciastka 60 g	Zupa neapolitanka z kaszą gryczaną białą 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 170 g Salata z jogurtem greckim 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 204,3 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 80 g Dżem 20 g Papryka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z kaszą gryczaną białą 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Salata z jogurtem greckim 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,2 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 297 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 80 g Dżem 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Ziemniaki 170 g Salata z jogurtem greckim 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 180,8 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

2025-08-26 wtorek	Piaseczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 15 g Ser biały 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g Papryka 20 g	Zupa neapolitanka z kaszą gryczaną białą 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza pęczak owsiany 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 134,2 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 271,7 Błonnik pokarmowy [g] 49,1
	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 80 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 129,3 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 80 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 129,3 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynea bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g	Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 200 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 795,8 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,1

2025-08-26 wtorek	Piasieczno L Bezmielczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą jęczmienną b/ml 300 ml Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 872,3 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 283,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Piasieczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Serek homog.słodzony kg 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-27 środa	Piasieczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Zupa grochowa 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 240 g Marchewka talarki z natką 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 438,2 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piasieczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grochowa 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 240 g Sałatka z buraka 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 580,2 Białko ogółem [g] 107,9 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 355 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Piasieczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml pierogi z mięsem II diet. 240 g Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 487,6 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 334,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,4

2025-08-27 środa	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g	Zupa grochowa 300 ml Pulpet wieprzowy 100 g Sos pieczeniowy 60 g Kasza gryczana 170 g Sałatka z buraka b/c 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 477,6 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 320,7 Błonnik pokarmowy [g] 58,5
	Piaseczno Wątrob.- Trzusk.	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml pierogi z mięsem II diet. 240 g Marchewka talarki z natką 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,2 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml pierogi z mięsem II diet. 240 g Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 408,2 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml pierogi z mięsem II diet. 240 g Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,5 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 326,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml pierogi z mięsem II diet. 240 g Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 343,9 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml Masło 10 g Serek homog.słodzony kg 100 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352,1 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-08-28 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt	Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml Papryka faszerowana mięsem 300 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g Surówka z cukinii 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka jarzynowa 80 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 312,8 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 354,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml Papryka faszerowana mięsem 300 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g Surówka z cukinii 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka jarzynowa 80 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 440,8 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 373 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż 170 g Surówka z cukinii 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 423,9 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 369,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Ogórek 20 g	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml Papryka faszerowana mięsem i ryżem brązowym 300 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż brązowy 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g Surówka z cukinii b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka jarzynowa 80 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 346,6 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 334,3 Błonnik pokarmowy [g] 59,4
	Piaseczno Wątroby - Trzustk.	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Ryż 170 g Sos z pomidorów pelati 60 g Jarzynka z koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szyńka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 335,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 352,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3

2025-08-28 czwartek	Piaszczno Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Ryż 170 g Sos z pomidorów pelati 60 g Jarzynka z koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 335,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 352,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż 170 g Surówka z cukinii b/ml 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 113,4 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 336,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Pulpet drobiowy 100 g Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż 170 g Surówka z cukinii b/ml 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 202,3 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaszczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Serek homog.słodzony kg 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-08-29 piątek	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Borówka amerykańska 100 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 990,1 Białko ogółem [g] 75,7 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 277 Błonnik pokarmowy [g] 21,6

2025-08-29 piątek	Piaszczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 088,3 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 302,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,9
	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,6 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,7
	Piaszczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 20 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 266,8 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 284,7 Błonnik pokarmowy [g] 45,7
	Piaszczno Wątrobowo-Trzusk.	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,1 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 327,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
	Piaszczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,1 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 327,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,7

2025-08-29 piątek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy z jogurtem sojowym 60 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 842,3 Białko ogółem [g] 64,7 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 303,1 Błonnik pokarmowy [g] 25	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy z jogurtem sojowym 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 938 Białko ogółem [g] 69,7 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 308,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Jogurt naturalny 1 szt Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	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
2025-08-30 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 60 g	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 093,1 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos ziołowy 60 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 305,5 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 320,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8

2025-08-30 sobota	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos ziołowy 60 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 312,1 Białko ogółem [g] 100,7 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g Ogórek 20 g	Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g Kasza orkiszowa 170 g Ogórek małosolny 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 152,1 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 277,1 Błonnik pokarmowy [g] 55
	Piaseczno Wątrobowo-Trzusk.	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Drobimex 100 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno Wzrostowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Drobimex 100 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 60 g	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Drobimex 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 335,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szynka 60 g piastowska 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka 300 ml Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g Kasza orkiszowa 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos ziołowy 60 g		Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g Drobimex 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,6 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,7

2025-08-30 sobota	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml Serek homog.śłodzony kg 100 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	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
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kruche ciastka 50 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,3 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 292,2 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 012,3 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 044,7 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno Cukrzykowa	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynkowa 20 g Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos chrzanowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,3 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 259,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,4

2025-08-31 niedziela	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 019,9 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 019,9 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 753,9 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 264,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynekowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 917,5 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 52,7 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml Jogurt naturalny 1 szt Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml		Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 248,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1