

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-09-11 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki 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 miętowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Żurek z ziemniakami i kielbasą 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos bazyliowy 60 g (1-GLU)	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] 2 405 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 360,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Piaseczno Podstawowa	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 miętowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami i kielbasą 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos bazyliowy 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) 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] 2 624,7 Białko ogółem [g] 101,5 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 386 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Piaseczno 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 miętowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos bazyliowy 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) 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] 2 613,2 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 399,4 Błonnik pokarmowy [g] 35

2025-09-11 czwartek

Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Półdewica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Salata 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 ziemniakami i kielbasą 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż brązowy 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos bazylkowy 60 g (1-GLU)	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 Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 525,8 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 350 Błonnik pokarmowy [g] 60,5
Piaseczno Wątroby - Tłuszc	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszen 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocław 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Półdewica 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) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos bazylkowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszen 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocław 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 pszen 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 460,1 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 369,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
Piaseczno Wzrostowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszen 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocław 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek miętowy 60 g (7-MLE) Półdewica 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) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos bazylkowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszen 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocław 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 pszen 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 460,1 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 369,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszen 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Półdewica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos bazylkowy 60 g (1-GLU)	Banan 1 szt	Chleb pszen 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa wędzona 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 253,4 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 378,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,1

2025-09-11 czwartek	Piaseczno L Bezmielczna 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 Polędwica 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) Klopsik z indyka z oliwkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ryż 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos bazyliowy 60 g (1-GLU)		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] 2 372,7 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 383,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
	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
2025-09-12 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 jabłkowy 200 g	Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 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 twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 228,2 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	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) Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) 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] 2 277,4 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2025-09-12 piątek	Piaszczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Połudwica 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] 2 238,7 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) 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 Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Połudwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna [kcal] 2 064,4 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 275,6 Błonnik pokarmowy [g] 49,8
	Piaszczno Wątrob. - Tłuszk.	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połudwica 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] 2 245,5 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,6

2025-09-12 piątek	Piaseczno Wrzodowa	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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] 2 245,5 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 341,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka 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-skł. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta łososiowa z koperkiem b/ml 60 g (4-RYB, 9-SEL) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 922,5 Białko ogółem [g] 69,9 Tłuszcz [g] 51,5 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-skł. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta łososiowa z koperkiem b/ml 80 g (4-RYB, 9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 883,6 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 283 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 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

2025-09-13 sobota

2025-09-13 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	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Befszyk wieprzowy z cebulką (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	Śliwki 130 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] 2 111,7 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 270,5 Błonnik pokarmowy [g] 23
	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) Befszyk wieprzowy z cebulką (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 Śliwki 130 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] 2 189,4 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 274,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Piaseczno Lekkostrawna	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 Pomidor 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) Befszyk 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 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] 2 271,9 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 91 Węglowodany ogółem [g] 292,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g 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) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa z cukinii z kaszą jęczmienną 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) 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) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 277,4 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 255,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,8

2025-09-13 sobota	Piaseczno Wątrob. - Trzusk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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-GLU, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 387,7 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 328,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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-GLU, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 387,7 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 328,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka 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) Befszytk 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 pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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] 2 058 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka 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) Befszytk 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 Śliwki 130 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 119 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 282,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4

2025-09-13 sobota	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany 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
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	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	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 434,3 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 102,9 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Błonnik pokarmowy [g] 25
	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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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] [kcal] 2 506,3 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 104,3 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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] [kcal] 2 469 Białko ogółem [g] 122,6 Tłuszcz [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,6

2025-09-14 niedziela

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) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt 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] [kcal] 2 539,2 Białko ogółem [g] 118,3 Tłuszcz [g] 108,6 Węglowodany ogółem [g] 304 Błonnik pokarmowy [g] 57,2
Piaseczno Wątroh.-Trzustk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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-OWŁ, 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] [kcal] 2 446,2 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
Piaseczno Wzrostowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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-OWŁ, 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] [kcal] 2 446,2 Białko ogółem [g] 122,2 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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-OWŁ, 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] [kcal] 2 183 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

2025-09-14 niedziela	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) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) 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] 2 263,7 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	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
2025-09-15 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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) Schab pieczony z morelą 100 g 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] 2 273,1 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 327,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Piaseczno Podstawowa	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) 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) Schab pieczony z morelą 100 g 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) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 316,3 Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 327,8 Błonnik pokarmowy [g] 34

2025-09-15 poniedziałek

Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński b/ml b/gl 400 ml (9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g 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-OWŁ, 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Półdewica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 223 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
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) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Półdewica drobiowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz ukraiński 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g Kasza pęczak 170 g (1-GLU) 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 Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 162,4 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,7
Piaseczno Wątrobowo-Trzusk	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g 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-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Półdewica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 009 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 294,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g 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-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Półdewica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 009 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 294,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

2025-09-15 poniedziałek	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyunka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus brzoskwinowy 200 g	Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g 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 Szyunka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 880,3 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 280,5 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaszczno 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 Szyunka 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 diet. 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony z morelą 100 g 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 Szyunka 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 Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 039,2 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 296,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaszczno 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] 2 147,3 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 246,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-09-16 wtorek	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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-S02)	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 2 016,9 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

2025-09-16 wtorek

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) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 1 980,8 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 277,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8
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) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 2 128,6 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 294 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) 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) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa brokułowa z ryżem brązowym 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 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] 2 122,2 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 283 Błonnik pokarmowy [g] 54,5
Piaseczno 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) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 2 016,6 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 292,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

2025-09-16 wtorek	Piaseczno 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) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 2 016,6 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 292,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki 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 (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	ZUpa brokułowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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] 1 770,4 Białko ogółem [g] 68,5 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 280,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki 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		ZUpa brokułowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 100 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	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 877,7 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 287 Błonnik pokarmowy [g] 34,1
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 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 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-09-17 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki 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) Szynka tostowa drobiowa 20 g (1-GLU) Drobimex 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenny 60 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 i słonecznikiem 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] 2 209,9 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Piaseczno Podstawowa	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 20 g (1-GLU) Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g	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 i słonecznikiem 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 pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,9 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 318,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaseczno 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 20 g (1-GLU) Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Kalańior 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 442,5 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 353,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,9

2025-09-17 środa	Piaseczno 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z cukinii b/c 70 g (7-MLE) 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] 2 253,9 Białko ogółem [g] 99,9 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 282 Błonnik pokarmowy [g] 51,1	
	Piaseczno Wątrob.- Trzusk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 356,3 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 351,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Piaseczno Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 356,3 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 351,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7

2025-09-17 środa	Piaseczno L Bezmielczna 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 selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 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] [g] 2 264,8 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 343,6 Błonnik pokarmowy [g] 39,8	
	Piaseczno L Bezmielczna 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 selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 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] [g] 2 312,4 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 336,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikrowana 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] [g] 2 249,3 Białko ogółem [g] 107,3 Tłuszcz [g] 99,4 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-09-18 czwartek	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 od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE)	Jabłko 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) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [g] 1 867,4 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 265,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1	

2025-09-18 czwartek

Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 939,4 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 177,3 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 330,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
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 od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Ogórek 30 g	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza orkiszowa 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) 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 biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 017,2 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 269,2 Błonnik pokarmowy [g] 54,3
Piaseczno Wątroń.-Tłuszk.	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 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] 1 905,5 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9

2025-09-18 czwartek	Piaseczno Wrzodowa	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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 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] 1 905,5 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-brzoskwi niowy 200 g	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 823,9 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 47,1 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 845,7 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 286,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 100 g (7-MLE) herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 281,3 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2025-09-19 piątek	Piaszczno 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 Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biskvoty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszanej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 340,5 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 292,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaszczno Podstawowa	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 Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna w cieście bazyliowym 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszanej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) 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) Polędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 423,5 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	Piaszczno Lekkostrawna	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 Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z jabłkiem 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 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) Polędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 113,1 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2025-09-19 piątek

Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z natką pietruszki 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 120 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) 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) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 515,1 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,6
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 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 037,2 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
Piaseczno Wzrostowa	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 Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 037,2 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie 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 Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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		Wartość energetyczna[kcal] 1 823,3 Białko ogółem [g] 64,7 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

2025-09-19 piątek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzyny po grecku 150 g (9-SEL) 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 Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 905,1 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 59,9 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 247,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-09-20 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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 (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 235,7 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Salceson wyborny 60 g (1-GLU) Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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 (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 459,1 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 345,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

2025-09-20 sobota

Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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 (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 227,3 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 328,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 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	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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 (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna [kcal] 2 196,2 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 288,7 Błonnik pokarmowy [g] 54
Piaseczno Wątrob.-Tłusk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 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) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 189,3 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
Piaseczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 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) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 189,3 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

2025-09-20 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-buraczany 200 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 977,4 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 317,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 007,3 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt 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

Oznaczenia alergenów:

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