

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-10-21 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka w panierce panko 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g (7-MLE) Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 330,1 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 308,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka w panierce panko 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g (7-MLE) Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 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] 2 306 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g (7-MLE) Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 213,1 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

2025-10-21 wtorek

Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Papryka 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) Tyrolska 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron orkiszowy pełnoziarnisty 170 g (1-GLU) Sałata z jogurtem greckim 70 g (7-MLE) Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 275,1 Białko ogółem [g] 106,1 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Błonnik pokarmowy [g] 56,4
Piaseczno Wątrob.- Trzusk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 215,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaseczno Wrzódowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 215,4 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 313,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Ziemniaki 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	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 lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 856,1 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 278 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

2025-10-21 wtorek	Piaseczno L Bezsmeczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 15 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziolami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Salata z sosem vinegret 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Maslo roslinne 5 g Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 932,6 Bialko ogółem [g] 87,2 Tluszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 282,3 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Plynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony 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	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Bialko ogółem [g] 111,3 Tluszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-10-22 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wroclawska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jablkiem 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa brukselkowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kartacze z miesem 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Marchewka talarki z natka 80 g Salatka z buraka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wroclawska 40 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Szynka z kotla Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 249,2 Bialko ogółem [g] 71,9 Tluszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 353,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	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 wroclawska 20 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brukselkowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kartacze z miesem 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Salatka z buraka 70 g Marchewka talarki z natka 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wroclawska 40 g (1-GLU) Maslo 15 g (7-MLE) Szynka z kotla Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 391,2 Bialko ogółem [g] 79,6 Tluszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 373,5 Błonnik pokarmowy [g] 28

2025-10-22 środa	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) Szynka z kotła Gustavus 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] 2 283,3 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 363,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa brukselkowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Sałatka z buraka b/c 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 421,5 Białko ogółem [g] 105,1 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,5
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Marchewka talarki z natką 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) Szynka z kotła Gustavus 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] 2 217,9 Białko ogółem [g] 70,6 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 362,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Piaszczno Wrzodowa	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) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) Szynka z kotła Gustavus 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] 2 217,9 Białko ogółem [g] 70,6 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 362,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4

2025-10-22 środa	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,2 Białko ogółem [g] 59 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1	
	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 Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Sałatka z buraka diet. 70 g Marchewka talarki z natką 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 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] 2 153,6 Białko ogółem [g] 65,5 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 358,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Masło 10 g (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	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 352,1 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-10-23 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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Papryka faszerowana mięsem 300 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) 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) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka jarzynowa 80 g (3-JAJ, 9-SEL) Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 175,3 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,1	

2025-10-23 czwartek

Piaseczno Podstawowa	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 biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Papryka faszerowana mięsem 300 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) 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) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka jarzynowa 80 g (3-JAJ, 9-SEL) Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 303,3 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
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 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z cukinii 70 g (7-MLE) Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g (3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 373,5 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,9
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 biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Papryka faszerowana mięsem i ryżem brązowym 300 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ryż brązowy 170 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Surówka z cukinii b/c 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka jarzynowa 80 g (3-JAJ, 9-SEL) 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 Wątrob.-Trzustk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 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		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Jarzynka z koperkiem 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 284,8 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4

2025-10-23 czwartek	Piaszczno Wzodowa	Platki jęczmienne na mleku 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 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Jarzynka z koperkiem 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 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] 2 284,8 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z cukinii b/ml 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 063,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z cukinii b/ml 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 152 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 308,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Piaszczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	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

2025-10-24 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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	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) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 055,7 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
Piaszczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml 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) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 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] 2 154,9 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
Piaszczno Lekkostrawna	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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml 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) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 130,5 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
Piaszczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 333,4 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 304 Błonnik pokarmowy [g] 48,6

2025-10-24 piątek	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 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] 2 171,2 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 350 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piaszczno Wzrostowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 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] 2 171,2 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 350 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (3-JAJ, 4-RYB) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 939,7 Białko ogółem [g] 65,1 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 326 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaszczno 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 Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 60 g (3-JAJ, 4-RYB) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 035,4 Białko ogółem [g] 70,1 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 331,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2025-10-24 piątek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	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 piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka wieprzowa w paprykowym trio 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (3-JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 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) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 120,5 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka wieprzowa w paprykowym trio 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (3-JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 332,9 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 338,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa 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 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 220,9 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2025-10-25 sobota

Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka wieprzowa w paprykowym trio 100 g (1-GLU) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 70 g (3-JAJ) Brokuły 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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 225,7 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 55,4
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 204,7 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
Piaseczno Wrzodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 204,7 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 60 g (1-GLU)	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 088,1 Białko ogółem [g] 81,1 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,2

2025-10-25 sobota	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt Sos ziolowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa 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] 2 112,4 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	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
2025-10-26 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) 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 (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) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 185,9 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) 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 (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) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 062,9 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 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) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 095,2 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 292 Błonnik pokarmowy [g] 28,4

2025-10-26 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) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 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 (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 059,9 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 253,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,1	
	Piaseczno Wątrob.- Trzusk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 070,4 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno Wrzodowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 070,4 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) 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 (9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 897,8 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8

2025-10-26 niedziela	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 005,6 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 139,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 248,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-10-27 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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 466,4 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 326,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 645,6 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 100,6 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,1

2025-10-27 poniedziałek

Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 614,2 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 107,6 Węglowodany ogółem [g] 334,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa cygańska 300 g (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Kasza gryczana biała 170 g Surówka z ogórka i pomidora 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380,3 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 97,8 Węglowodany ogółem [g] 288 Błonnik pokarmowy [g] 53,3
Piaseczno Wątroby - Trzusk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
Piaseczno Wziodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 332,9 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2025-10-27 poniedziałek	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 363,6 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	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 Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana suszonymi pomidorami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Surówka z pomidora b/cebuli 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 442,4 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 97,5 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	Piaszczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 166,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 253 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-10-28 wtorek	Piaszczno 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka szwajcarska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 381,3 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 91,6 Węglowodany ogółem [g] 289,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

2025-10-28 wtorek	Piaszczno 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka szwajcarska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 493,6 Białko ogółem [g] 115,7 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaszczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka szwajcarska (lekkostrawna) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 632,3 Białko ogółem [g] 120,6 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 350,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 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) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Salatka szwajcarska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 475,6 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 280,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,9

2025-10-28 wtorek	Piasечно Wątrob.-Trzustk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 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] 2 334,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 342 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piasечно Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 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] 2 334,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 342 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piasечно L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Brokuły 80 g	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Sałatka szwajcarska b/ml (lekkostrawna) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 408,9 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 336,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	Piasечно L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Sałatka szwajcarska b/ml (lekkostrawna) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 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 Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 514,9 Białko ogółem [g] 113,9 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 343,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,8

2025-10-28 wtorek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,3 Białko ogółem [g] 109,4 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 266,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa peizanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,4 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 329,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
2025-10-29 środa	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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa peizanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,5 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 319,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

2025-10-29 środa	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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo pomidorowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 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] 2 298,8 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa pejszanka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi z chrzanem b/c 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 214,5 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Błonnik pokarmowy [g] 56,8
	Piaseczno Wątrobowo-Trzusk.	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 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo pomidorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 289,6 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2025-10-29 środa	Piaseczno Wrzodowa	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 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kukiniowo pomidorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 289,6 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 72,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od szwagra 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa kukiniowo pomidorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 985,7 Białko ogółem [g] 63,8 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od szwagra 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kukiniowo pomidorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 100 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 982,6 Białko ogółem [g] 71,2 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Błonnik pokarmowy [g] 30

2025-10-29 środa	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki biszkoptowe 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 5-OZI, 6-SOJ, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 12-SO2)	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 242,5 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 298,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno 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) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 209,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno 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) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250,1 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

2025-10-30 czwartek

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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 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) Ser biały 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Salata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 406,8 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 290,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 416,2 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 416,2 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Salata z sosem vinegret 70 g	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 206,1 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9

2025-10-30 czwartek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Salata z sosem vinegret 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 295 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 329,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,7
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.śłodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-10-31 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytryno wy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytryno wy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 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) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 621,8 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,7

2025-10-31 piątek	Piaszczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 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) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 419,5 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Piaszczno Cukrzycowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g 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) Papryka 20 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 508,4 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 306,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,6
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 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 40 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	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 445,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4

2025-10-31 piątek	Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytryno wy b/ml 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 40 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	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 445,4 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 348,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytryno wy b/ml 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 Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 103,7 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytryno wy b/ml 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 Hummus buraczkowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 248,7 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,7
	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	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 147,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 246,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

Oznaczenia alergenów:

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