

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2025-11-01 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 20 g (1-GLU) Paszтет produkcja własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana 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) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 682,2 Białko ogółem [g] 126,5 Tłuszcz [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 337,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	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) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Paszтет produkcja własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana 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) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 853,4 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 112,9 Węglowodany ogółem [g] 373,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Paszтет produkcja własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 702,6 Białko ogółem [g] 126,9 Tłuszcz [g] 104,6 Węglowodany ogółem [g] 355,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7

2025-11-01 sobota

Piaszczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Paszтет produkcja własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) 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) Szyunka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Fasolka gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) 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) Szyunkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 688,9 Białko ogółem [g] 117,1 Tłuszcz [g] 113,3 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 58,6
Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 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) Szyunkowa 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] 2 513,4 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 342,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaszczno Wzrządowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szyunka biała z indyka Łukosz 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 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) Szyunkowa 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] 2 513,4 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 342,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyunka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Paszтет produkcja własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyunkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 363,9 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 321,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,6

2025-11-01 sobota	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-GLU) Paszтет produkcji własna 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 425,1 Białko ogółem [g] 116,3 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 322,6 Błonnik pokarmowy [g] 33
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-11-02 niedziela	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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 70 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 90,3 Węglowodany ogółem [g] 284,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 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 z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 70 g Brokuły 120 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 469,9 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 326,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

2025-11-02 niedziela

Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 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 z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 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) 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 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 420,5 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 26
Piaseczno Cukrzycowa	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa lekka 100 g (1-GLU) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika b/c 70 g Brokuły 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,2
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Schab parowany 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 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) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 074,9 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Schab parowany 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 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) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 074,9 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5

2025-11-02 niedziela	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyunka z kotła Gustavus 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsik wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 077,3 Białko ogółem [g] 82,8 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyunka z kotła Gustavus 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsik wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikszowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog.słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-11-03 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szyunka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 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) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 314,1 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2025-11-03 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 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) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 440,3 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 341,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 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) Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 365,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Piaseczno Cukrzycowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Twarożek 60 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa fasolowa 300 ml (9-SEL) Medalion drobiowy z pieczarkami i serem 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Błonnik pokarmowy [g] 55,4

2025-11-03 poniedziałek

Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 244,5 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
Piaseczno Wzrządowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 244,5 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biskopky 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 187,2 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 349,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,7 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7

2025-11-03 poniedziałek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homogenizowany 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
2025-11-04 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 178,3 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 70 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) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 366,2 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 340,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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 od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 416,4 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 354,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,2

2025-11-04 wtorek

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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brukselka 80 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 218,6 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 283,8 Błonnik pokarmowy [g] 55
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 433,5 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 355,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 433,5 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 355,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 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		Wartość energetyczna[kcal] 2 125,5 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 337,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,3

2025-11-04 wtorek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 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 Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 213 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikсовana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 100 ml (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 213,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 245,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-11-05 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza kukurydziana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 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) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 236,3 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 83,7 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Piaseczno Podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g 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) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 397,7 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,9

2025-11-05 środa	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g 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) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 243 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 312,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 20 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 70 g Kalafior 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) Sałatka z kaszy gryczanej z kurczakiem 80 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 401,7 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 277,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,8
	Piaszczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza kukurydziana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 249,1 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Piaszczno Wrizdowa	Kasza kukurydziana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 249,1 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 318,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,2

2025-11-05 środa	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 200 g	Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 031 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza kukurydziana na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 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 Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,6 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 300,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-11-06 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 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)	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 482,5 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 94,8 Węglowodany ogółem [g] 320 Błonnik pokarmowy [g] 34,3

2025-11-06 czwartek	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 bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 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] 2 702,2 Białko ogółem [g] 112,1 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,1
	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 bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 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) Paszтетowa drobiowa 50 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] 2 725,7 Białko ogółem [g] 113,7 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,4
	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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zapiekanka makaronowa razowa z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 542,1 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 100,7 Węglowodany ogółem [g] 311 Błonnik pokarmowy [g] 54,6

2025-11-06 czwartek	Piaszczno Wątrob.-Trzusk.	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 bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 731,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,4
	Piaszczno Wzrodowa	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 bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) 300 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 731,5 Białko ogółem [g] 115 Tłuszcz [g] 100,9 Węglowodany ogółem [g] 355,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,4
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ)	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) b/ml 300 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 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 Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 397,7 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Zapiekanka ziemniaczana z mięsem mielonym (indyk) b/ml 300 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 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 Paszтетowa drobiowa 50 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] 2 517 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 336,7 Błonnik pokarmowy [g] 37

2025-11-06 czwartek	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna mikсовana 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] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2025-11-07 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	Herbatniki 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 352,4 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	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 szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) 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] 2 365,6 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 292,7 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

2025-11-07 piątek	Piaseczno Cukrzycowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 167,2 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 270,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,7	
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 286 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Piaseczno Wrzodowa	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 286 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	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 bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 917,6 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2025-11-07 piątek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 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 Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 954,7 Białko ogółem [g] 58,9 Tłuszcz [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 319,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2025-11-08 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	Biskvity 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 287,4 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 299,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) 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] 2 365,1 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2025-11-08 sobota	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 jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) 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] 2 401,9 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	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 jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	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] 2 412,4 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 286,6 Błonnik pokarmowy [g] 54,4
	Piaseczno Wątrobowo-Trzusk.	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 od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 430,3 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno Wrzodowa	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 od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 430,3 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 336,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2025-11-08 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 100 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1- GLU , 3- JAJ)	Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą b/ml 300 ml (9- SEL , 13- LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1- GLU , 3- JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1- GLU) Kasza bulgur 170 g (1- GLU) Buraczki 150 g (1- GLU , 9- SEL) Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет 50 g (1- GLU , 3- JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 176,9 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 70,6 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 15 g Szyńka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą b/ml 300 ml (9- SEL , 13- LUB) Pulpet wieprzowy 100 g (1- GLU , 3- JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1- GLU) Kasza bulgur 170 g (1- GLU) Buraczki 150 g (1- GLU , 9- SEL) Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет 50 g (1- GLU , 3- JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 5 g Szyńka konserwowa 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,4 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Błonnik pokarmowy [g] 33
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1- GLU , 7- MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7- MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9- SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	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
2025-11-09 niedziela	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)	Rosół z makaronem 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziołowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka czerwony collesław 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] 2 190,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 289,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,1	

2025-11-09 niedziela	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka czerwony collesław 70 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 262,5 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	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		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 90 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 225,2 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 309,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	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 selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka czerwony collesław 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 299,4 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Błonnik pokarmowy [g] 57,4
	Piaseczno Wątrobowo-Trzustki	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 230,3 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

2025-11-09 niedziela	Piaszczno Wzrodowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 230,3 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 310,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 967,1 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 299 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaszczno 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		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z indyka pieczony z jabłkami 120 g Sos ziolowy 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] 2 047,8 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaszczno 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

2025-11-10 poniedziałek	Piasечно Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Żurek z ziemniakami i kielbasą 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Tzatziki z ogórka świeżego, koperku i jogurtu 70 g (7-MLE) 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 499,6 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
	Piasечно Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Rzodkiewka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami i kielbasą 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Tzatziki z ogórka świeżego, koperku i jogurtu 70 g (7-MLE) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sos dyniowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,8 Białko ogółem [g] 102,8 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Piasечно Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 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) 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 444,2 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Błonnik pokarmowy [g] 31

2025-11-10 poniedziałek	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 Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Żurek z ziemniakami i kielbasą 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Sos dyniowy 60 g Tzatziki z ogórka świeżego, koperku i jogurtu 70 g (7-MLE) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 491,5 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 329,5 Błonnik pokarmowy [g] 55,7	
	Piaseczno Wątrob. - Trzustk.	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) 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		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 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 piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 350,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaseczno Wrzodowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 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 piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 350,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 75,2 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,7

2025-11-10 poniedziałek	Piaseczno 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 Szyнка z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus brzoskwiniowy 200 g	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyнка piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 119,6 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 319,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	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 Szyнка z liściem Gustavus 40 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Sos dyniowy 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szyнка 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 Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 278,5 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 147,3 Białko ogółem [g] 98,7 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,