

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-04-11 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Sos ziołowy 60 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 303,5 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 104,9 Węglowodany ogółem [g] 268,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,8
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Sos ziołowy 60 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 515,9 Białko ogółem [g] 117,9 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 305,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos ziołowy 60 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 360,9 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 279 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g Ogórek 20 g	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,5 Białko ogółem [g] 111,8 Tłuszcz [g] 116,6 Węglowodany ogółem [g] 245,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,3

2026-04-11 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 263,8 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 263,8 Białko ogółem [g] 116,2 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Mus jabłkowy 200 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 60 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 214,4 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos ziołowy 60 g	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,7 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 280,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

2026-04-12 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 50 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 574,3 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 110,6 Węglowodany ogółem [g] 317,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 451,3 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 408,4 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szykowa 20 g Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 591,4 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 119,9 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,2

2026-04-12 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,5 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 411,5 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 211 Białko ogółem [g] 81,7 Tłuszcz [g] 84,8 Węglowodany ogółem [g] 295 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

2026-04-12 niedziela	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szykowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 321,3 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 300,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
2026-04-13 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g Kasza kuskus 170 g Brukselka 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,5 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 367,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g Kasza kuskus 170 g Brukselka 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g 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 Masło 5 g Szyka z kotła Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 608,9 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 392,1 Błonnik pokarmowy [g] 40,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Kasza kuskus 170 g Brukselka 80 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szyka z kotła Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 510 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 364,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,9

2026-04-13 poniedziałek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka z kotta Gustavus 20 g Papryka 20 g</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Brukselka 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pomidorowy 60 g</p>	<p>Chleb razowy 100 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Pomarańcza 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 430,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Błonnik pokarmowy [g] 59,4</p>
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wroclawska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Kasza kuskus 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos pomidorowy 60 g</p>	<p>Chleb pszenny 80 g Bułka wroclawska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotta Gustavus 20 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 423,7 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5</p>

2026-04-13 poniedziałek	Piaceczno Łatwostrawna z ograniczeniem wydzielenia soku żołądkowego		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Kasza kuskus 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 423,7 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Piaceczno L Bezmielczna Dzieci	Biszkopty 30 g	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Kasza kuskus 170 g Brukselka 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 232,2 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 338,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	Piaceczno L Bezmielczna 4p.		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g Kasza kuskus 170 g Brukselka 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 312,1 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 342,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,5

2026-04-14 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kopytka 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Carpaccio z buraczków 70 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 461 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 359,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kopytka 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Carpaccio z buraczków 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 573,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 378,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kopytka 170 g Sałatka z buraka diet. 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 683,4 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 413,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szyńka Maryny 20 g Pomidor 20 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z białej kapusty b/c 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 301,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,9

2026-04-14 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 405,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 405,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Kisiel 200 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 419,3 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 399,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2026-04-14 wtorek	Piaseczno L Bezmielczna 4p. Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło roślinne 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gł 60 g Kopytka 170 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szyńka Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 526,3 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 406 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
2026-04-15 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słończnikiem prażonym 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Leczo z kielbasą 150 g Ryż 170 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Melon miódowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 371,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Podstawowa Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słończnikiem prażonym 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Leczo z kielbasą 150 g Ryż 170 g Brokuły 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 542,9 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 363 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Piaseczno Lekkostrawna Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 80 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3

2026-04-15 środa	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Pomidor 20 g</p>	<p>Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż brązowy 170 g Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	<p>Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Mandarynka 2 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 540,8 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 350,3 Błonnik pokarmowy [g] 62,5</p>
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g</p>	<p>Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 350,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 359,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7</p>

2026-04-15 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 350,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 359,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus jabłkowy 200 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Melon miodowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 019,5 Białko ogółem [g] 65,6 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 338,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo lekkostrawne 150 g Ryż 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 016,5 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 31
2026-04-16 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Herbatniki 40 g	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 336,3 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

2026-04-16 czwartek	Plaseczno Podstawowa		Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Stripsy z kurczaka w sezamie 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,9 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 285,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,9
	Plaseczno Lekkostrawna		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 023,3 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 287 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Ogórek 20 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 173,1 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 255,7 Błonnik pokarmowy [g] 46,1
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,5 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2026-04-16 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 125,5 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 317,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,2 Białko ogółem [g] 78,9 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 33
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,1 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
2026-04-17 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Surówka z kapusty kiszonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 316,8 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 324,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1

2026-04-17 piątek	Piaseczno Podstawowa		Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Surówka z kapusty kiszonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 543,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 348 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	Piaseczno Lekkostrawna		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 452,1 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 361 Błonnik pokarmowy [g] 37,5
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Papryka 20 g	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Surówka z kapusty kiszonej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Mandarynka 2 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 442,1 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 53,7
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7

2026-04-17 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Sos Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jabłko 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 210,2 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona soute 100 g Kasza bulgur 170 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,2 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 345,9 Błonnik pokarmowy [g] 38
2026-04-18 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Jogurt naturalny 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron spaghetti 170 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,8 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 335,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,8

2026-04-18 sobota	Plaszczyzna Podstawowa	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron spaghetti 170 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 549 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 371 Błonnik pokarmowy [g] 35,3	
	Plaszczyzna Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 439,1 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 368,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8	
	Plaszczyzna Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron razowy 170 g Fasolka gotowana 80 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 380,8 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	Plaszczyzna Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,3 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

2026-04-18 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 358,3 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 351,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,7 Białko ogółem [g] 72,9 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 210,3 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 339,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
2026-04-19 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i sonecznika 70 g Buraczki 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Melon miodowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131,3 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 266,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,5

2026-04-19 niedziela	Plaszczo Podstawowa		Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 70 g Buraczki 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,9 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 288,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Plaszczo Lekkostrawna		Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,5 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,8
	Plaszczo Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g Ogórek 20 g	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza pęczak 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika b/c 70 g Szpinak 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kiwi 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 083,4 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 264,6 Błonnik pokarmowy [g] 47,2
	Plaszczo Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 064,9 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,2

2026-04-19 niedziela	Piaseczno	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064,9 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 288,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,2
	Piaseczno L. Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Melon miodowy 150 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 000,1 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno L. Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 972,1 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
2026-04-20 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka z serem feta i ananase 80 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Winogrona 100 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 060,5 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 280,6 Błonnik pokarmowy [g] 25

2026-04-20 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka z serem feta i ananasem 80 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,7 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno Lekkostrawna		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 183 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 332,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Twarożek 60 g Pomidor 20 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki (ryż brązowy) 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Kasza jęczmienna 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	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,4 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 282,9 Błonnik pokarmowy [g] 52,5
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,5 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2026-04-20 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 102,5 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 323,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Połędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,3 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 312,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos kremowy - szpinakowy 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 100 g Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Połędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,8 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,3