

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026.04.21 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g (3-JAJ) 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] 2 252,8 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 319 Błonnik pokarmowy [g] 35,5
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g (3-JAJ) 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] 2 440,7 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 341 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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] 2 334,3 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 78,9 Węglowodany ogółem [g] 330,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,2

2026.04.21 wtorek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 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</p>	<p>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka collestaw b/c 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Jabłko 1 szt	<p>Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 324,2 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 294,9 Błonnik pokarmowy [g] 52,5</p>
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>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) 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</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt</p>		<p>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</p>	<p>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)</p>

2026.04.21 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 351,2 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g 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] 2 043,3 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,3
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g 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 Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 130,8 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 315,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,4

2026.04.22 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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 minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 235,9 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7	
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 397,3 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 312,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)			Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Sałatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.22 środa	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z pora (z olejem) b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka szwabska 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 579,5 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 111,9 Węglowodany ogółem [g] 293,9 Błonnik pokarmowy [g] 54,5
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)		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 od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.23 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml Kasza gryczana biała 170 g Sos paprykowy 60 g	Kiwi 1	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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] 2 313,7 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 313,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Kasza gryczana biała 170 g Sos paprykowy 60 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 533,4 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 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) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Kasza gryczana biała 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 553,7 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,7

2026.04.23 czwartek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Kasza gryczana biała 170 g Sos paprykowy 60 g	Kiwi 1	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 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] 2 387,6 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Kasza gryczana biała 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 528,9 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7

2026.04.23 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Kasza gryczana biała 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		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] 2 528,9 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 339,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kasza gryczana biała 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Kiwi 1	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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 185,8 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 316,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w pesto bazyliowym 100 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Kasza gryczana biała 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 305,1 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

2026.04.24 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 ricotta 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 z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Kluski leniwe 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 456,9 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,7	
	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) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Kluski leniwe 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) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 483 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 340,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	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 ricotta 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Kluski leniwe 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) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) 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] 2 467,5 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 342,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

2026.04.24 piątek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z ricotta 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Miruna pieczona soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 222,4 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 278,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,6
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z ricotta 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Kluski leniwe 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-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.24 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Kluski leniwe 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) Połudwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 540,2 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 384,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Połudwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 968,3 Białko ogółem [g] 62,8 Tłuszcz [g] 45,6 Węglowodany ogółem [g] 339,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,3
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynekowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 007,8 Białko ogółem [g] 61,5 Tłuszcz [g] 52,3 Węglowodany ogółem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 26,3

2026.04.25 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Gruszka 1	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] 2 506,1 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 96,9 Węglowodany ogółem [g] 330,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,5	
	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 krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		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] 2 583,8 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 335,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	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 krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 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] 2 493,6 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Gruszka 1	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 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] 2 663,4 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 328,6 Błonnik pokarmowy [g] 58,7

2026.04.25 sobota	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 516,1 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 343,4 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 516,1 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 343,4 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Plaseczno Ł Bezmielczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 289,5 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 311,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

2026.04.25 sobota	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udźziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g 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 Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 366 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 316 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
2026.04.26 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)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100	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] 2 204,7 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 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] 2 276,7 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 283,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 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] 2 178,1 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4

2026.04.26 niedziela	Placeczno z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 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, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 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] 2 270,9 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 247,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 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)

2026.04.26 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 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] 2 183,2 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 291,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna [kcal] 1 820,8 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 259,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica 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] 1 901,5 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 261,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,2

2026.04.27 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 120 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2	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 kurczaka wędzonego z serem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 584,6 Białko ogółem [g] 113 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 334,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1	
	Piaseczno 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 kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku 120 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 686,6 Białko ogółem [g] 118,1 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 346,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,5
	Piaseczno 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 kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 566,3 Białko ogółem [g] 106,4 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 352,3 Błonnik pokarmowy [g] 37

2026.04.27 poniedziałek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 596,7 Białko ogółem [g] 108,6 Tłuszcz [g] 99 Węglowodany ogółem [g] 322,7 Błonnik pokarmowy [g] 56,4
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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) Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)

2026.04.27 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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 100 g (1-GLU) 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] 2 490,5 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 353,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus brzoskwinowy (pieczony) 200 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 295,9 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 340,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,5
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka po toskańsku diet. 120 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 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 Szynka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 454,8 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 356,8 Błonnik pokarmowy [g] 38,7

2026.04.28 wtorek	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) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Budyń 200 ml (1-GLU, 6-SOJ, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-SO2)	Zupa ogórkowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połudwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 146,2 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 294,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
	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) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt	Zupa ogórkowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Połudwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 110,1 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,8	
	Piaseczno Lekkostrawna	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) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Zupa selerowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Połudwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 254,1 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,7	

2026.04.28 wtorek	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa ogórkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 227,9 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 51,7
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) Ser biały 60 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.28 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 234,2 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 1 963,2 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 301 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 070,5 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2026.04.29 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Paszтет 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120 g (7-MLE) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1	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 ciecierzycy a la bruschetta 60 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 521 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 361,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,8
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Paszтет 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120 g (7-MLE) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kalańior 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 60 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 620,9 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120 g Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 60 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 421,3 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 347,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2026.04.29 środa	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Paszтет 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120 g (7-MLE) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka kopenhaska 70 g (7-MLE, 10-GOR) Kalańior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 60 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 488,7 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 93,8 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,8
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Twarożek z oliwkami 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120 g Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)

2026.04.29 środa	Płateczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120 g Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 355,8 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 338,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Płateczno L Bezmleczna Dzieci	Mus jabłkowy 200 g	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120 g Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 163,1 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 63,6 Węglowodany ogółem [g] 340,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Płateczno L Bezmleczna 4p.		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120 g Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z ciecierzycy a la bruschetta 60 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 231,2 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 332 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

2026.04.30 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 022,5 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 76,6 Węglowodany ogółem [g] 265,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2	
	Piaseczno 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 od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Brokuły 80 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) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,5 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt			Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.30 czwartek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Ogórek 30 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Kapusta kiszona zasmażana 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,1 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Błonnik pokarmowy [g] 51,8
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.04.30 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 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] 2 118 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus jabłkowo-brzoskwi niowy 200 g	Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 058 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa ryżanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 076,9 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 300,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,3

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,