

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-05-11 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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 379 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,3
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szyńka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 559,4 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 372,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z pietruszki z brzoskwinia 70 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 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) Szyńka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 336,2 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 333,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,2

2026-05-11 poniedziałek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Papryka 20 g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Truskawki 100 g	<p>Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 363,7 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Błonnik pokarmowy [g] 54,9</p>
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>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) Poledwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g</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) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) 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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)</p>

2026-05-11 poniedziałek	Płateczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,2 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 74,8 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Płateczno L. Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 058,6 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 306,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Płateczno L. Bezmleczna 4p.		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik drobiowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 138,5 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2026-05-12 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb pszenny 60 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 20 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Ser żółty 40 g (<b>7-MLE</b>) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g</p>	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami z białej młodej kapusty 300 ml (<b>9-SEL</b>) Zraz po staropolsku 120 g (<b>1-GLU, 10-GOR</b>) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Kopytka 170 g (<b>1-GLU, 3-JAJ</b>) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy 200 ml</p>	Arbuz 150 g	<p>Chleb pszenny 60 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Połędwica sopocka 40 g (<b>1-GLU</b>) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 461 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 359,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,2</p>	
	Piaseczno Podstawowa	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 20 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Ser żółty 40 g (<b>7-MLE</b>) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt</p>		<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami z białej młodej kapusty 300 ml (<b>9-SEL</b>) Zraz po staropolsku 120 g (<b>1-GLU, 10-GOR</b>) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Kopytka 170 g (<b>1-GLU, 3-JAJ</b>) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sałatka z buraka 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Połędwica sopocka 40 g (<b>1-GLU</b>) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 573,3 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 378,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6</p>
	Piaseczno Lekkostrawna	<p>Platki jęczmienne na mleku 250 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 50 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (<b>1-GLU</b>) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa kapuśniak z ziemniakami z białej młodej kapusty 300 ml (<b>9-SEL</b>) Zraz schabowy z szynką diet. 120 g (<b>1-GLU</b>) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Kopytka 170 g (<b>1-GLU, 3-JAJ</b>) Sałatka z buraka diet. 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 50 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Połędwica sopocka 40 g (<b>1-GLU</b>) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 683,4 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 413,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3</p>

2026-05-12 wtorek	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) Ser żółty 40 g (7-MLE) 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 Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami z białej młodej kapusty 300 ml (9-SEL) Zraz po staropolsku 120 g (1-GLU, 10-GOR) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z białej kapusty b/c 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 356,9 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 301,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,9
	Placeczno 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 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 120 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 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)

2026-05-12 wtorek	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 120 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 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] 2 600,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 405,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Plaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 120 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Salatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 419,3 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 399,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Plaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 120 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Salatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 526,3 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 406 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

2026-05-13 środa	Plasieczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU)	Mus jabłkowy 200 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy smażony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (3-JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 448,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 371,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	
	Plasieczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU)		Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy smażony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,9 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 363 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Plasieczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU)		Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3

2026-05-13 środa	Piaseczno 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) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU)	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 70 g (3-JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 540,8 Białko ogółem [g] 105,8 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 350,3 Błonnik pokarmowy [g] 62,5
	Piaseczno 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 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g Pieczeń wiedeńska 20 g (1-GLU)		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)

2026-05-13 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połudwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[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 koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 g (9-SEL) Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[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 koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 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 konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 016,5 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 31

2026-05-14 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w platkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 361,2 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 96,3 Węglowodany ogółem [g] 299 Błonnik pokarmowy [g] 24,3	
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w platkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 318,8 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 95,2 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabiko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 048,2 Białko ogółem [g] 83,5 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 292,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

2026-05-14 czwartek	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>1-GLU, 7-MLE</b>)  Chleb razowy 100 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>)  Masło 15 g (<b>7-MLE</b>)  Szynka tostowa drobiowa  Drobimex 40 g (<b>1-GLU</b>)  Pomidor 70 g  Sałata 30 g  Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>)  Masło 5 g (<b>7-MLE</b>)  Ser biały 50 g (<b>7-MLE</b>)  Ogórek 20 g</p>	<p>Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml (<b>1-GLU, 7-MLE, 9-SEL</b>)  Filet z kurczaka pieczony 100 g  Kasza jęczmienna 170 g (<b>1-GLU</b>)  Surówka wielowarzywna b/c 70 g  Ratatouille 80 g  Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Kiwi 1 szt	<p>Chleb razowy 120 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>)  Masło 15 g (<b>7-MLE</b>)  Paszтетowa drobiowa 50 g (<b>1-GLU</b>)  Papryka 90 g  Sałata lodowa 10 g  herbata owocowa 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 173,1  Białko ogółem [g] 91,7  Tłuszcz [g] 85,2  Węglowodany ogółem [g] 255,7  Błonnik pokarmowy [g] 46,1</p>
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kasza jaglana na mleku 250 g (<b>7-MLE</b>)  Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>)  Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>)  Masło 15 g (<b>7-MLE</b>)  Szynka tostowa drobiowa  Drobimex 40 g (<b>1-GLU</b>)  Pomidor b/ skórki 100 g  Herbata 1 szt  Cukier 10 g</p>		<p>Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (<b>1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL</b>)  Filet z kurczaka pieczony 100 g  Ziemniaki 170 g  Ratatouille lekkostrawne 150 g (<b>9-SEL</b>)  Kompot owocowy 200 ml  Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>)  Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>)  Masło 15 g (<b>7-MLE</b>)  Paszтетowa drobiowa 50 g (<b>1-GLU</b>)  Pomidor b/ skórki 100 g  herbata owocowa 1 szt  Cukier 10 g</p>	<p>Jogurt owocowy 150g 1 szt (<b>7-MLE</b>)</p>

2026-05-14 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 150,3 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 323 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL)	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[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 (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 096,1 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 311,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2026-05-15 piątek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka zielonogórska 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Miruna pieczona soute 100 g ( <b>1-GLU, 4-RYB</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g ( <b>9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 316,8 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 324,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1	
	Placeczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka zielonogórska 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cygańska z ziemniakami 300 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Miruna pieczona soute 100 g ( <b>1-GLU, 4-RYB</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g ( <b>9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 543,1 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 348 Błonnik pokarmowy [g] 34,9
	Placeczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Twarożek z koperkiem 60 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka zielonogórska 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml ( <b>9-SEL</b> ) Miruna pieczona soute 100 g ( <b>1-GLU, 4-RYB</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g ( <b>9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z liściem Gustavus 20 g ( <b>6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 452,1 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 361 Błonnik pokarmowy [g] 37,5

2026-05-15 piątek	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb razowy 100 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (<b>7-MLE</b>) Szynka zielonogórska 20 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b>) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 5 g (<b>7-MLE</b>) Ser żółty 20 g (<b>7-MLE</b>) Papryka 20 g</p>	<p>Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (<b>1-GLU, 9-SEL</b>) Miruna pieczona soute 100 g (<b>1-GLU, 4-RYB</b>) Kasza bulgur 170 g (<b>1-GLU</b>) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g (<b>9-SEL</b>) Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Truskawki 100 g	<p>Chleb razowy 120 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (<b>1-GLU</b>) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 465,4 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 310,2 Błonnik pokarmowy [g] 54,8</p>
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Twarożek z koperkiem 60 g (<b>7-MLE</b>) Szynka zielonogórska 20 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (<b>9-SEL</b>) Miruna pieczona soute 100 g (<b>1-GLU, 4-RYB</b>) Kasza bulgur 170 g (<b>1-GLU</b>) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g (<b>9-SEL</b>) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 40 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Schab Benedykta 40 g (<b>1-GLU</b>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Masło 5 g (<b>7-MLE</b>) Szynka z liściem Gustavus 20 g (<b>6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2</b>)</p>

2026-05-15 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7
	Piaseczno L. Bezmielczna Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[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. Bezmielczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 355,2 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 345,9 Błonnik pokarmowy [g] 38

2026-05-16 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml ( <b>9-SEL, 13-ŁUB</b> ) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g ( <b>9-SEL</b> ) Makaron muszelki 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Sałata z jogurtem naturalnym 70 g ( <b>7-MLE</b> ) Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 377,8 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 335,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml ( <b>9-SEL, 13-ŁUB</b> ) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g ( <b>9-SEL</b> ) Makaron muszelki 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Sałata z jogurtem naturalnym 70 g ( <b>7-MLE</b> ) Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 549 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 371 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml ( <b>9-SEL, 13-ŁUB</b> ) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g ( <b>9-SEL</b> ) Makaron muszelki 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Pasta warzywna 60 g ( <b>9-SEL</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 439,1 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 368,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8

2026-05-16 sobota	Plaszczo Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb razowy 120 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml ( <b>9-SEL, 13-ŁUB</b> ) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g ( <b>9-SEL</b> ) Makaron razowy 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Fasolka gotowana 80 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g ( <b>7-MLE</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 380,8 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 316,1 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	Plaszczo Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml ( <b>9-SEL, 13-ŁUB</b> ) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g ( <b>9-SEL</b> ) Makaron muszelki 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )

2026-05-16 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g 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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 358,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 85,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 74,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 351,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 29,5
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g (1-GLU) Pasta warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 102,7 <b>Białko ogółem</b> [g] 72,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,8 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 333,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,1
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g (1-GLU) Pasta warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 210,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 80,8 <b>Tłuszcz</b> [g] 64,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 339,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 34,8

2026-05-17 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g (7-MLE) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU)	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 212,3 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 274,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8	
	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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g (7-MLE) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 191,9 Białko ogółem [g] 105,5 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 159,5 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,8

2026-05-17 niedziela	Plasoczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Mizeria 70 g (7-MLE) Brukselka 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 099,7 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 71,8 Węglowodany ogółem [g] 264,4 Błonnik pokarmowy [g] 47,6
	Plasoczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 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	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)

2026-05-17 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>1-GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>1-GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 064,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 103,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 58,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 288,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 23,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 120 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 000,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 48 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 313,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 27,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>1-GLU</b> ) Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>1-GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 120 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g ( <b>1-GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 1 972,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 94,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 53,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 286,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 25,2

2026-05-18 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka z serem feta i ananasem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 341,1 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 333,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1	
	Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka z serem feta i ananasem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 467,3 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 463,6 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 385,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,3

2026-05-18 poniedziałek	Plaszczyzna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Twarożek 60 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 417,6 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 336,2 Błonnik pokarmowy [g] 54,8
	Plaszczyzna łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 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 sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026-05-18 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 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 sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 383,1 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 376,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 224,4 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 366,1 Błonnik pokarmowy [g] 38,4
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 300,9 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 370,4 Błonnik pokarmowy [g] 39,5

2026-05-19 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 collestaw 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 collestaw 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

2026-05-19 wtorek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Płatki owsiane na mleku 250 ml (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb razowy 100 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (<b>7-MLE</b>) Schab Benedykta 20 g (<b>1-GLU</b>) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 5 g (<b>7-MLE</b>) Ser żółty 20 g (<b>7-MLE</b>) Pomidor 20 g</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (<b>1-GLU, 7-MLE, 9-SEL</b>) Gulasz wieprzowy 150 g (<b>1-GLU, 9-SEL</b>) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka collestaw b/c 70 g (<b>3-JAJ</b>) Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Jabłko 1 szt	<p>Chleb razowy 100 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) 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 (<b>1-GLU, 7-MLE</b>) Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 20 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (<b>7-MLE</b>) Schab Benedykta 20 g (<b>1-GLU</b>) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (<b>1-GLU, 9-SEL</b>) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (<b>1-GLU, 9-SEL</b>) Kasza jęczmienna 170 g (<b>1-GLU</b>) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Bułka wrocławska 20 g (<b>1-GLU</b>) Masło 15 g (<b>7-MLE</b>) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (<b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b>) Masło 5 g (<b>7-MLE</b>) Płat szynkowy Gustavus 20 g (<b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b>)</p>

2026-05-19 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. Bezmielczna 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. Bezmielczna 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

2026-05-20 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) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	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) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		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 Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g			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)

2026-05-20 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 Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170 g Surówka z pora (z olejem) b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	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 Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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)

2026-05-20 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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)	Wartość energetyczna[kcal] 2 285,5 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus bananowo-jabłkowy 200 g	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 071,2 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 77,5 Węglowodany ogółem [g] 289,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 140 g Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka szwabska diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 134,8 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

### **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,