

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026.07.11 do dnia 2026.07.20 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026.07.11	2026.07.12	2026.07.13	2026.07.14	2026.07.15	2026.07.16	2026.07.17
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek małosolny 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Jogurt naturalny 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Biszkopty 30 g	Mus truskawkowy 200 g	Jogurt owocowy 1 szt	Kisiel z jagodami 200 ml	Herbatniki 50 g
Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g Buraczki 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Ryż 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 70 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Kluski leniwe 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Miruna panierowana 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml
P.	Brzoskwinia 1 szt	Arbuz 200 g	Morele 2 szt	Jabłko 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Nektarynka 1 szt	Banan 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn							

	sobota	niedziela	poniedziałek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026.07.18	2026.07.19	2026.07.20	2026.07.11	2026.07.12	2026.07.13	2026.07.14
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek małosolny 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Mus jabłkowy 150 g	Jogurt naturalny 1 szt	Wafle kukurydziane 3 szt				
Obiad	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g Buraczki 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g Sos ziołowy 60 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowo smietanowy 60 g Ryż 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanaka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 70 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt	Brzoskwinia 1 szt				
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn				Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	sobota
	2026.07.15	2026.07.16	2026.07.17	2026.07.18	2026.07.19	2026.07.20	2026.07.11
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazylowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Kluski leniwe 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Miruna panierowana 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026.07.12	2026.07.13	2026.07.14	2026.07.15	2026.07.16	2026.07.17	2026.07.18
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z awokado i pietruszką 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziolowy 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Kluski leniwe 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Salatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta jajeczna z natką diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasztet z pieca 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g

	niedziela	poniedziałek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.07.19	2026.07.20	2026.07.11	2026.07.12	2026.07.13	2026.07.14	2026.07.15
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek małosolny 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt
II ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Twarożek 60 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Jajko 1 szt Pomidor 20 g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Fasolka gotowana 80 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Kasza pęczak 170 g Mizeria 70 g Brukselka 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki b/c 70 g Kompot rabarbarowy bez cukru 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Morele 2 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser biały 80 g Pomidor 90 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka piastowska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g					

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	sobota	niedziela
	2026.07.16	2026.07.17	2026.07.18	2026.07.19	2026.07.20	2026.07.11	2026.07.12
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 140 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 40 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g Papryka 20 g		
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Kasza orkiszowa 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kalaflor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Kasza gryczana 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g
P	Nektarynka 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt	Kiwi 1 szt	Brzoskwinia 1 szt		
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn						Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026.07.13	2026.07.14	2026.07.15	2026.07.16	2026.07.17	2026.07.18	2026.07.19
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kluski leniwe 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Pasztet z pieca 50 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser biały 80 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	poniedziałek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026.07.20	2026.07.11	2026.07.12	2026.07.13	2026.07.14	2026.07.15	2026.07.16
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos morelowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kluski leniwe 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	sobota	niedziela
	2026.07.17	2026.07.18	2026.07.19	2026.07.20	2026.07.11	2026.07.12
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 10 g Serek wiejski z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś					Kisiel 200 ml	Banan 1 szt
Obiad	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos morelowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa lekka 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml
P					Brzoskwinia 1 szt	Arbuz 200 g
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser biały 80 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Połędwica drobiowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	

	niedziela	poniedziałek		wtorek		środa	
	2026.07.12	2026.07.13		2026.07.14		2026.07.15	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś			Biskopki 30 g		Mus truskawkowy 200 g		Mus bananowo-jabłkowy 200 g
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa zacierkowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Ryż 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanaka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanaka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml
P			Morele 2 szt		Jabłko 1 szt		Melon Kantalupe 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Sałatka kuskus perłowy z kurczakiem diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g	

czwartek		piątek		sobota		niedziela
2026.07.16		2026.07.17		2026.07.18		2026.07.19
Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
		Kisiel z jagodami 200 ml	Wafle ryżowe 2 szt		Mus jabłkowy 150 g	
II Ś						
Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml
P						
		Nektarynka 1 szt		Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynekowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g

	niedziela	poniedziałek	
	2026.07.19	2026.07.20	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II ś	Mus truskawkowy 200 g		Wafle kukurydziane 3 szt
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Karkówka faszerowana morelami suszonymi 100 g Sos morelowy 60 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Kiwi 1 szt		Brzoskwinia 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g	