

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.06.11	2026.06.12	2026.06.13	2026.06.14	2026.06.15	2026.06.16	2026.06.17
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 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 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Lukosz 40 g Papryka 70 g Salata 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 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Ryż brązowy na mleku 250 g Chleb pszenny 60 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 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 70 g Salata 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 Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Wafle kukurydziane 2 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Serek homogenizowany szt. 1 szt	Biszkopty 30 g	Mus truskawkowy 200 g	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml Filet z kurczaka w platkach kukurydzianych 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g Makaron muszelki 170 g Salata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy 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 Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Botwinka 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml
P	Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	Kiwi 1 szt	Arbuz 150 g	Truskawki 100 g	Jabłko 1 szt	Arbuz 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynekowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Połędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Salata 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 Salata 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn							

	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026.06.18	2026.06.19	2026.06.20	2026.06.11	2026.06.12	2026.06.13	2026.06.14
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Platki 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	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	Kasza jaglana 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	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 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 40 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 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Kisiel z jagodami 200 ml	Herbatniki 50 g	Biszkopty 30 g				
Obiad	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Dorsz panierowany 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml Filet z kurczaka w platkach kukurydzianych 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g Makaron muszelki 170 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g Buraczki 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g Sos pieczeniowy 60 g
P.	Banan 1 szt	Truskawki 100 g	Gruszka 1 szt				
Kolacja	Chleb pszenny 60 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 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Pomidor 90 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 Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	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
Pn				Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	
	2026.06.15	2026.06.16	2026.06.17	2026.06.18	2026.06.19	2026.06.20	2026.06.11	
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna	
Śniadanie	Ryż brązowy 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	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 bazyliowy 60 g Połędwica 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	Kasza jaglana 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	
II Ś								
Obiad	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 Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Botwinka 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką w panierce 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa minestrone z łazankami 300 ml Dorsz panierowany 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Surówka wielowarzynna lekka z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	
P								
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Połędwica 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	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 Paszetowa 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 Pomidor 90 g Połędwica 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 Paszтетowa pieca 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 Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 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	

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026.06.12	2026.06.13	2026.06.14	2026.06.15	2026.06.16	2026.06.17	2026.06.18
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 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 40 g Pomidor 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 Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Ryż brązowy 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 pietruszką 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor 70 g Sałata 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 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 bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g Makaron muszelki 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Botwinka lekka 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 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 Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	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	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 Sałata 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 Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 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	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026.06.19	2026.06.20	2026.06.11	2026.06.12	2026.06.13	2026.06.14	2026.06.15
	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	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 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 Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml 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 rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Ryż brązowy 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
II Ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Papryka 20 g	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
Obiad	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa krupnik jęczmienny 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 Arbuz 150 g	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g Makaron razowy 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 Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 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 z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	Kiwi 1 szt	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta jajeczna z natką diet. 60 g Połędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynkowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Sałata jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g Połędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g					

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek
	2026.06.16	2026.06.17	2026.06.18	2026.06.19	2026.06.20	2026.06.11	2026.06.12
	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 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	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	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 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 40 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	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	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		
Obiad	Botwinka 300 ml Gulasz wieprzowy 150 g Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 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	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos musztardowy 60 g Kasza gryczana biała 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 Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Kasza bulgur 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pomidorowy 60 g	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
P.	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	Gruszka 1 szt		
Kolacja	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	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 pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn						Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026.06.13	2026.06.14	2026.06.15	2026.06.16	2026.06.17	2026.06.18	2026.06.19
	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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	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	Ryż brązowy 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 Połędwica 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
II Ś							
Obiad	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g Makaron muszelki 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Botwinka lekka b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica sopočka 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 Połędwica sopočka 40 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 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

	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026.06.20	2026.06.11	2026.06.12	2026.06.13	2026.06.14	2026.06.15	2026.06.16
	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	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	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 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 40 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 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 40 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	Ryż brązowy 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
II Ś							
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g Makaron muszelki 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Botwinka lekka b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt
P							
Kolacja	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 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynkowa 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 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
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 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

	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	
	2026.06.17	2026.06.18	2026.06.19	2026.06.20	2026.06.11	2026.06.12	
	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	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	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 jęczmieńne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek bazyliowy 60 g Połędwica 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	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 120 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 120 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 Jajko 1 szt Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś					Wafle kukurydziane 2 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	
Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pierogi z serem II 240 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa krupnik jęczmieńny z ziemniakami 300 ml Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Kasza bulgur 170 g Brokuly 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Jabłko 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml
P					Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	
Kolacja	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	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica sopočka 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 120 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 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 Benedykta 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g		

	piątek	sobota		niedziela		poniedziałek	
	2026.06.12	2026.06.13		2026.06.14		2026.06.15	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt Szynka zielonogórska 20 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 40 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 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	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	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	Ryż brązowy 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	Ryż brązowy 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
II Ś			Kisiel 200 ml	Banan 1 szt			Biszkopty 30 g
Obiad	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g Makaron muszelki 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g Makaron muszelki 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Eskalopki z indyka 100 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml
P			Banan 1 szt	Arbuz 150 g			Truskawki 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g Pasta warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g Połędwica sopočka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g Połędwica sopočka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g			Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	

	wtorek		środa		czwartek		piątek
	2026.06.16		2026.06.17		2026.06.18		2026.06.19
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	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	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 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 Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś		Mus truskawkowy 200 g		Mus bananowo-jabłkowy 200 g		Kisiel z jagodami 200 ml	
Obiad	Botwinka lekka b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt	Botwinka lekka b/ml 300 ml Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g Kasza jęczmienna 170 g Mieszanka 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 Arbuz 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	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml Zawijańce z szynką diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
P		Jabłko 1 szt		Arbuz 150 g		Banan 1 szt	
Kolacja	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	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata 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 Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g

	piątek	sobota	
	2026.06.19	2026.06.20	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Wafle ryżowe 2 szt	Biszkopty 30 g	
Obiad	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny 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	Zupa krupnik jęczmienny 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 Arbuz 150 g
P.	Truskawki 100 g	Arbuz 150 g	
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn			Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g