

		1	2	3	4	5	6	7
		niadanie	II	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-03-01 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 60g (1-GLU, 6SOI 9SEL, 10GOR) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt naturalny 1 szt (7MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9SEL) Bitka wieprzowa lekka 100g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Ziemiaki 170g Buraczki 80g (1-GLU, 9SEL) Salata lodowa z sosem vinegret 70g Kompot owocowy 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Ser dty 40g (7MLE) Papryka 90g Salata lodowa 10 g Cukier 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna[kca l] [kcal] 2267,8 Bialko ogdem [g] 981 Tluszcz [g] 834 W glowodany ogdem [g] 2949 Bionnik pokarmowy [g] 254
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 60g (1-GLU, 6SOI 9SEL, 10GOR) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9SEL) Bitka wieprzowa lekka 100g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Ziemiaki 170g Buraczki 80g (1-GLU, 9SEL) Salata lodowa z sosem vinegret 70g Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Ser dty 40g (7MLE) Papryka 90g Salata lodowa 10 g Cukier 10g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)	Warto energetyczna[kca l] [kcal] 2339,8 Bialko ogdem [g] 986 Tluszcz [g] 847 W glowodany ogdem [g] 3107 Bionnik pokarmowy [g] 257
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 60g (1-GLU, 6SOI 9SEL, 10GOR) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9SEL) Bitka wieprzowa lekka 100g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Ziemiaki 170g Buraczki 150g (1-GLU, 9SEL) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60g (1-GLU 5OZI, 8ONIE 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Ser bialy 80g (7MLE) Pomidor 90g Cukier 10g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)	Warto energetyczna[kca l] [kcal] 2315,3 Bialko ogdem [g] 1089 Tluszcz [g] 752 W glowodany ogdem [g] 3189 Bionnik pokarmowy [g] 249

2026-03-01 niedziela	Pięśczo z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kakao 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ) Bulka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 60g (1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9SEL) Bitka wieprzowa lekka 100g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Buraczki 150g (1-GLU, 9SEL) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt</p>	<p>Jabłko 1 szt</p>	<p>Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ) Bulka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Ser biały 80g (7MLE) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g</p>	<p>Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)</p>	<p>Warto energetyczna [kcal] 2320,4 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 75,2 W gwałodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1</p>
	Pięśczo z ograniczeniem tłuszczu	<p>Kakao bez cukru 250g (7MLE) Chleb razowy 100g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 60g (1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 5g (7MLE) Szynka konserwowa 20g (1-GLU) Ogórek 20g</p>	<p>Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (1-GLU, 9SEL) Bitka wieprzowa lekka 100g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza orkiszowa 170g Salata lodowa z sosem vinegret 70g Fasolka gotowana 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml</p>	<p>Chleb razowy 100g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Ser dły 40g (7MLE) Papryka 90g Salata lodowa 10g Herbata 1 szt</p>	<p>Warto energetyczna [kcal] 2324,1 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 101,3 W gwałodany ogółem [g] 259,5 Błonnik pokarmowy [g] 52,5</p>	

2026-03-01 niedziela	Plaseczno Katowstrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i cychwydziałanie soku otkowego	Kakao 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Bułka wrocławska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Płat szynkowy Gustavus 60g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Rosół z makaronem 300 ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Bitka wieprzowa lekka 100g (<i>1-GLU</i>) Sos pieczeniowy diet 60g (<i>1-GLU</i>) Ziemniaki 170g Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Bułka wrocławska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Ser biały 80g (<i>7MLE</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7MLE</i>)	Warto energetyczna[kcal] 2320,4 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 75,2 Wgłowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1	
	Plaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Mus truskawkowy 200g	Rosół z makaronem 300 ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Bitka wieprzowa lekka 100g (<i>1-GLU</i>) Sos pieczeniowy diet 60g (<i>1-GLU</i>) Ziemniaki 170g Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Kompot owocowy 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15 g Pol dwica drobowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 90g Salata lodowa 10 g Cukier 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna[kcal] 1988 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 58,2 Wgłowodany ogółem [g] 288,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,6
	Plaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Rosół z makaronem 300 ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Bitka wieprzowa lekka 100g (<i>1-GLU</i>) Sos pieczeniowy diet 60g (<i>1-GLU</i>) Ziemniaki 170g Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15 g Pol dwica drobowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 90g Salata lodowa 10 g Cukier 10g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONL, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 5 g Szyńka konserwowa 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna[kcal] 2041,6 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 63,1 Wgłowodany ogółem [g] 290,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

2026-03-02 poniedziałek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Rzodkiewka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku 100g (1-GLU, 7-MLE) Ry 170g Cukinia pieczona z oliw z oliwek 80g Mizeria 70g (7-MLE) Kompot owocowy 200ml	Mandarynka 2szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Pasta z soczewicy czerwonej diet 60g (13-LUB) Szynka piastowska 20g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 2507,1 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 79,8 W gwałodany ogółem[g] 366,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Placeczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Rzodkiewka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku 100g (1-GLU, 7-MLE) Ry 170g Mizeria 70g (7-MLE) Cukinia pieczona z oliw z oliwek 80g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Pol dwica drobiowa 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 2609,1 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 83,6 W gwałodany ogółem[g] 378,5 Błonnik pokarmowy [g] 35
	Placeczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku diet 100g (1-GLU) Ry 170g Cukinia pieczona z oliw z oliwek 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Twaro ek z oliwkami 60g (7-MLE) Szynka piastowska 20g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 2504,8 Białko ogółem [g] 98,7 Tłuszcz [g] 81 W gwałodany ogółem[g] 358,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2026-03-02 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i cytrynianem sodu o dawkowego	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-AME) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-AME) Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku diet 100g (1-GLU) Ziemniaki 170g Cukinia pieczona z oliw z oliwek 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-AME) Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło 5g (7-AME) Pol dwica drobiowa 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 24146 Białko ogółem [g] 938 Tłuszcz [g] 789 W gwałodany ogółem [g] 347,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
2026-03-02 poniedziałek	Piaseczno L. Bezmieczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250ml (1-GLU) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Mus brzoskwinowy(pieczony) 200g	Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku diet 100g (1-GLU) Ry 170g Cukinia pieczona z oliw z oliwek 150g Kompot owocowy 200ml	Mandarynka 2szt	Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15 g Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 2232,1 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 65,1 W gwałodany ogółem [g] 347,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
2026-03-02 poniedziałek	Piaseczno L. Bezmieczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250ml (1-GLU) Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa ziemniaczanka z natk 300ml (9-SEZ) Filet z kurczaka po toska sku diet 100g (1-GLU) Ry 170g Cukinia pieczona z oliw z oliwek 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15 g Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5-0ZI, 8-0ME, 11-SEZ) Masło ro linne 5 g Pol dwica drobiowa 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 2391 Białko ogółem [g] 884 Tłuszcz [g] 70,7 W gwałodany ogółem [g] 363,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4

2026-03-03 wtorek	Placeczno z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównadnów	Platki ylnie na mleku 250g (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb razowy 100g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Ser biały 60g (<i>7-MLE</i>) Piecze wiecie ska 20g (<i>1-GLU</i>) Papryka 70g Salata 30g Rumianek 1 szt	Chleb razowy 50g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7-MLE</i>) Szynka konserwowa 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 20g	Zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>7-MLE, 9-SEL</i>) Schab po cyga sku pieczony w sosie pomidorowo-pieczarkowym 120g (<i>1-GLU</i>) Kasza j czmienna 170g (<i>1-GLU</i>) Surówka z ogórka kiszzonego b/ćukru 70g Brukselka 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Pol dwica drobna 40g (<i>1-GLU</i>) Ogórek 90g Salata 10g Herbata 1 szt	Warto energetyczna [kcal] 2239,8 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 79,3 W glównadny ogółem [g] 287,9 Błonnik pokarmowy [g] 51
	Placeczno katwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250ml (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-OME, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Ser biały 60g (<i>7-MLE</i>) Piecze wiecie ska 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Rumianek 1 szt Cukier 10g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300ml (<i>9-SEL</i>) Pulpet wieprzowy 100g (<i>1-GLU, 3-IAI</i>) Sos pomidorowy 60g (<i>1-GLU</i>) Ziemniaki 170g Marchewka gotowana mini 150g Kompot owocowy 200ml Melon miadowy 150g		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-OME, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Pol dwica drobna 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7-MLE</i>)

2026-03-03 wtorek	Płaseczno Katowstrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i cych wydzielenie soku o słodkiego		Zupa brokułowa z ziemniakami b/trl 300ml (9SEZ) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Sos pomidorowy 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Marchewka gotowana mini 150g Kompot owocowy 200ml Melon miódowy 150g		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20g (1-GLU) Masło 15g (7ME) Pol dwica drobowa 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7ME)	Warto energetyczna[kcal] 2256,8 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 69,2 W gwałowany ogółem [g] 316 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Płaseczno L. Bezmieczna Dzieci	Kisiel 200ml (11-SEZ)	Zupa brokułowa z ziemniakami b/trl 300ml (9SEZ) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Sos pomidorowy 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Marchewka gotowana mini 150g Kompot owocowy 200ml	Melon miódowy 150g	Chleb pszenny 100g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Pol dwica drobowa 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 2010,6 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 57 W gwałowany ogółem [g] 303,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Płaseczno L. Bezmieczna 4p.		Zupa brokułowa z ziemniakami b/trl 300ml (9SEZ) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Sos pomidorowy 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Marchewka gotowana mini 150g Kompot owocowy 200ml Melon miódowy 150g		Chleb pszenny 100g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Pol dwica drobowa 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 5g Szynka konserwowa 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 2117,9 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 62,6 W gwałowany ogółem [g] 310,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2026-03-04 rodo	Placeczno Podstawowa Dzieci	Platki j czmienne na mleku 250g (1-GLU, 7MŁE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (1-GLU) Twaro ek z oliwkami 60g (7MŁE) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Mus jablkowy 200g	Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml (7MŁE, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120g (7MŁE) Makaron kokardki 170g (1-GLU) Surówka kopenhaska 70g (7MŁE, 10GOR) Kalafior 80g Kompot owocowy 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Pasta z kurczaka w dzonego z serem 60g (3JAJ, 7MŁE) Kielbasa szynkowa 20g (1-GLU) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] [kcal] 2498,2 Bialko ogdem [g] 105,9 Tluszcz [g] 79,3 W glowodany ogdem[g] 359,9 Bionnik pokarmowy [g] 33,7	
	Placeczno Podstawowa	Platki j czmienne na mleku 250g (1-GLU, 7MŁE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (1-GLU) Twaro ek z oliwkami 60g (7MŁE) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml (7MŁE, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120g (7MŁE) Makaron kokardki 170g (1-GLU) Surówka kopenhaska 70g (7MŁE, 10GOR) Kalafior 80g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Pasta z kurczaka w dzonego z serem 60g (3JAJ, 7MŁE) Kielbasa szynkowa 20g (1-GLU) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Maslo 5g (7MŁE) Tyrolska 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] [kcal] 2598,1 Bialko ogdem [g] 116,5 Tluszcz [g] 82 W glowodany ogdem[g] 361,1 Bionnik pokarmowy [g] 33,6
	Placeczno Lekkostrawna	Platki j czmienne na mleku 250g (1-GLU, 7MŁE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (1-GLU) Twaro ek z oliwkami 60g (7MŁE) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b mri 120g Makaron kokardki 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Bulka wrodawska 20g (1-GLU) Maslo 15g (7MŁE) Pasta z kurczaka w dzonego z serem diet 60g (7MŁE) Kielbasa szynkowa 20g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OWE, 11-SEZ) Maslo 5g (7MŁE) Tyrolska 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] [kcal] 2430,9 Bialko ogdem [g] 109,3 Tluszcz [g] 76,5 W glowodany ogdem[g] 338 Bionnik pokarmowy [g] 31,6

2026-03-04 rnda

Piaseczno Z ograniczeniem fatwo przyswajalnych w glowodanów	<p>Platki j czmienne na mleku 250g (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb razowy 100g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (<i>1-GLU</i>) Twaro ek z oliwkami 60g (<i>7-MLE</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7-MLE</i>) Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>) Papryka 20g</p>	<p>Zupa porowo-serowa z ziemniakami 300 ml (<i>7-MLE, 9-SEZ</i>) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 120g (<i>7-MLE</i>) Makaron razowy 170g (<i>1-GLU</i>) Surówka kopenhaska 70g (<i>7-MLE, 10-GOR</i>) Kalafor 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml</p>	<p>Pomara cza 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 100g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Pasta z kurczaka w dzonogo z serem 60g (<i>3-AJ, 7-MLE</i>) Kielbasa szynkowa 20g (<i>1-GLU</i>) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt</p>		<p>Warto energetyczna [kcal] 24659 Białko ogółem [g] 1059 Tłuszcz [g] 851 W glowodany ogółem [g] 3187 Błonnik pokarmowy [g] 51</p>
Piaseczno Katowstrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki j czmienne na mleku 250g (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (<i>1-GLU</i>) Twaro ek z oliwkami 60g (<i>7-MLE</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g</p>		<p>Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (<i>1-GLU, 9-SEZ</i>) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120g Makaron kokardki 170g (<i>1-GLU</i>) Kalafor 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Kielbasa szynkowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g</p>	<p>Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7-MLE</i>) Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>)</p>	<p>Warto energetyczna [kcal] 2388 Białko ogółem [g] 964 Tłuszcz [g] 743 W glowodany ogółem [g] 3381 Błonnik pokarmowy [g] 31,5</p>

2026-03-04 rnda	Piaseczno Katowstrawna z ograniczeniem substancji pobudzajacych wydzielenie soku od tkowego	Platki j czmienne na mleku 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (1-GLU) Twaro ek z oliwkami 60g (7-MLE) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120g Makaron kokardki 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło 5g (7-MLE) Tyrolska 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 2388 Białko ogdem [g] 964 Tłuszcz [g] 743 W glowodany ogdem[g] 3381 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Piaseczno L Bezmieczna Dzieci	Platki j czmienne na wodzie 250g (1-GLU) Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Mus jablkowy 200g	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120g Makaron kokardki 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Pasta z kurczaka w dzonego z serem diet 60g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 2239 Białko ogdem [g] 888 Tłuszcz [g] 658 W glowodany ogdem[g] 341,6 Błonnik pokarmowy [g] 336
	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Platki j czmienne na wodzie 250g (1-GLU) Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9SEZ) Potrawka drobiowa ze szpinakiem lekka b/ml 120g Makaron kokardki 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Pasta z kurczaka w dzonego z serem diet 60g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OML, 11-SEZ) Masło ro linne 5g Tyrolska 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 22385 Białko ogdem [g] 963 Tłuszcz [g] 67,6 W glowodany ogdem[g] 3228 Błonnik pokarmowy [g] 321

2026-03-05 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ry br zowy na mleku 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Jogurt naturalny 1 szt (7MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9SEL , 13LUB) Filet z indyka w sezamie 100g (1-GLU , 3IAI , 11-SEZ) Ziemniaki 170g Surówka colostaw 70g (3IAI) Szpinak 80g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Tyrska 20g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEL) Rzodkiewka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 2192,6 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 85,6 Wglowodany ogółem [g] 278,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Piaseczno Podstawowa	Ry br zowy na mleku 250g (7MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9SEL , 13LUB) Filet z indyka w sezamie 100g (1-GLU , 3IAI , 11-SEZ) Ziemniaki 170g Surówka colostaw 70g (3IAI) Szpinak 80g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Tyrska 20g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEL) Rzodkiewka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)	Warto energetyczna[kcal] 2264,6 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 86,9 Wglowodany ogółem [g] 294,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Ry br zowy na mleku 250g (7MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 50g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet 300ml (9SEL , 13LUB) Filet z indyka pieczony 100g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Szpinak 150g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OML , 11-SEZ) Bułka wrodawska 50g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Tyrska 20g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEL) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)	Warto energetyczna[kcal] 2273,5 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 66,9 Wglowodany ogółem [g] 338 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2026-03-05 czwartek	Pięśczo Z ograniczeniem tłuszczu	Ry br zowy na mleku 250g (7MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OME , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Szynka od górali 40g Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (9SEL) Filet z indyka pieczony 100g Ziemiaki 170g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Szpinak 150g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OME , 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Tyrolska 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MLE)	Warto energetyczna [kcal] 2061,8 Białko ogółem [g] 837 Tłuszcz [g] 55,2 Wgłowodany ogółem [g] 322,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Pięśczo Z ograniczeniem tłuszczu	Ry br zowy na mleku 250g (7MLE) Chleb razowy 100g (1-GLU , 6SOI , 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9SEL , 13LUB) Filet z indyka pieczony 100g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Kasza gryczana 170g Surówka colleslaw b/c 70g (3IAI) Szpinak 80g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120g (1-GLU , 6SOI , 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Tyrolska 20g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEL) Rzodkiewka 90g Salata 10g Herbata 1 szt	Warto energetyczna [kcal] 2189,3 Białko ogółem [g] 945 Tłuszcz [g] 76,1 Wgłowodany ogółem [g] 266,4 Błonnik pokarmowy [g] 55,6	

2026-03-05 czwartek	Plaseczno Katowista z ograniczeniem substancji pobudzających i wywołujących uczucie głodu	Ry br zowy na mleku 250g (7MŁE) Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Bułka wrocławska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MŁE) Szynka od górali 40g Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300ml (9SEZ) Filet z indyka pieczony 100g Ziemniaki 170g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Szpinak 150g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Bułka wrocławska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MŁE) Tyrolska 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7MŁE)	Warto energetyczna[kcal] 2051,8 Białko ogółem [g] 837 Tłuszcz [g] 552 Wgłowodany ogółem [g] 322,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,1	
	Plaseczno L. Bezmieczna Dzieci	Ry br zowy na wodzie 250g Chleb pszenny 100g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Mus jabłkowo-brzoskwi niowy 200g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet 300ml (9SEZ , 13LUB) Filet z indyka pieczony 100g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Ziemniaki 170g Szpinak 150g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Masło ro linne 15g Tyrolska 40g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEZ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 1975,7 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 55 Wgłowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,5
	Plaseczno L. Bezmieczna 4p.	Ry br zowy na wodzie 250g Chleb pszenny 100g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka od górali 40g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet 300ml (9SEZ , 13LUB) Filet z indyka pieczony 100g Ziemniaki 170g Sos pietruszkowy 60g (1-GLU) Szpinak 150g (1-GLU) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Masło ro linne 15g Tyrolska 20g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60g (9SEZ) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU , 5OZI , 8OMŁE , 11-SEZ) Masło ro linne 5g Szynka piastowska 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 1994,6 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 57,8 Wgłowodany ogółem [g] 294,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,7	

2026-03-06 pi. tek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Schab Benedykta 20g (<i>1-GLU</i>) Twaro ek z jabłkami i orzechami 60g (<i>7MLE</i>) Ogórek 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Biszkopty 30g (<i>1-GLU, 3IAJ</i>)	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEZ</i>) Miruna w cie cie bazyliowym 100 g (<i>1-GLU, 3IAJ, 4RYB, 7MLE</i>) Ry 170g Surówka z kapusty kiszonej i białej 70g Jarzynki po grecku 80g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (<i>3IAJ</i>) Ser dty 20g (<i>7MLE</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna [kcal] [kcal] 2 568 Białko ogdem [g] 92 Tłuszcz [g] 91,9 W glowodany ogdem [g] 3548 Błonnik pokarmowy [g] 256
	Placeczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Schab Benedykta 20g (<i>1-GLU</i>) Twaro ek z jabłkami i orzechami 60g (<i>7MLE</i>) Ogórek 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEZ</i>) Miruna w cie cie bazyliowym 100 g (<i>1-GLU, 3IAJ, 4RYB, 7MLE</i>) Ry 170g Surówka z kapusty kiszonej i białej 70g Jarzynki po grecku 80g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (<i>3IAJ</i>) Ser dty 20g (<i>7MLE</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7MLE</i>) Pol dwica sopocka 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna [kcal] [kcal] 2 651 Białko ogdem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 96,8 W glowodany ogdem [g] 359 Błonnik pokarmowy [g] 268	
	Placeczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Schab Benedykta 20g (<i>1-GLU</i>) Twaro ek z jabłkami 60g (<i>7MLE</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEZ</i>) Miruna pieczona z koperkiem 100g (<i>4RYB</i>) Sos bazyliowy 60 g (<i>1-GLU</i>) Ry 170g Jarzynki po grecku 150g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Banan 1 szt	Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (<i>3IAJ, 7MLE</i>) Szynka piastowska 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7MLE</i>) Pol dwica sopocka 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna [kcal] [kcal] 2519,7 Białko ogdem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 83,7 W glowodany ogdem [g] 358,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,4	

2026-03-06 piątek	Pięcizno Z ograniczeniem tłuszczu	Platki ylnie na mleku 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7-MLE) Schab Benedykta 20g (1-GLU) Twaro ek z jabłkami i orzechami b/c 60g (7-MLE) Ogórek 70g Salata 30g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 5g (7-MLE) Pol dwica sopocka 20g (1-GLU) Papryka 20g	Barszcz biały z ziemniakami 300ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEZ) Miruna pieczona z koperkiem 100g (4-RYB) Sos bazyliowy 60g (1-GLU) Ry br zowy 170g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 70g Jarzynki po grecku 80g (9-SEZ) Kompot owocowy bez cukru 200ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7-MLE) Jajko wrmajonezie z koperkiem 1 szt (3-A) Ser dty 20g (7-MLE) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt	Warto energetyczna [kcal] 2587,6 Białko ogdem [g] 93,4 Tuszcz [g] 104 W glowodany ogdem [g] 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	Pięcizno Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250g (7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Schab Benedykta 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300ml (1-GLU, 9-SEZ) Miruna pieczona z koperkiem 100g (4-RYB) Sos bazyliowy 60g (1-GLU) Ry 170g Jarzynki po grecku 150g (9-SEZ) Kompot owocowy 200ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ) Masło 5g (7-MLE) Pol dwica sopocka 20g (1-GLU)

2026-03-06.pl tek

Piaseczno Katowista z ograniczeniem substancji pobudzających i cytrynianem sodu o 40%	Kasza jaglana na mleku 250g (7MŁE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MŁE) Schab Benedykta 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300ml (1-GLU, 9SEZ) Mirna pieczona z koperkiem 100g (4RYB) Sos bazyliowy 60g (1-GLU) Ry 170g Jarzynki po grecku 150g (9SEZ) Kompot owocowy 200ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20g (1-GLU) Masło 15g (7MŁE) Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło 5g (7MŁE) Pol dwica sopocka 20g (1-GLU)	Warto energetyczna [kcal] 24104 Białko ogółem [g] 835 Tłuszcz [g] 708 Wgłowodany ogółem [g] 371,5 Błonnik pokarmowy [g] 284
Piaseczno L. Bezmieczna Dzieci	Platki ytnie na wodzie 250ml (1-GLU) Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Schab Benedykta 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Biszkopty 30g (1-GLU, 3JA)	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300ml (1-GLU, 9SEZ) Mirna pieczona z koperkiem 100g (4RYB) Sos bazyliowy 60g (1-GLU) Ry 170g Jarzynki po grecku 150g (9SEZ) Kompot owocowy 200ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna [kcal] 21965 Białko ogółem [g] 703 Tłuszcz [g] 57,5 Wgłowodany ogółem [g] 361,5 Błonnik pokarmowy [g] 306
Piaseczno L. Bezmieczna 4p.	Platki ytnie na wodzie 250ml (1-GLU) Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Schab Benedykta 40g (1-GLU) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300ml (1-GLU, 9SEZ) Mirna pieczona z koperkiem 100g (4RYB) Sos bazyliowy 60g (1-GLU) Ry 170g Jarzynki po grecku 150g (9SEZ) Kompot owocowy 200ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka piastowska 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8OMŁE, 11-SEZ) Masło ro linne 5g Pol dwica sopocka 20g (1-GLU)	Warto energetyczna [kcal] 22783 Białko ogółem [g] 759 Tłuszcz [g] 62,2 Wgłowodany ogółem [g] 365,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,7

2026-03-07 sobota	Placszczo Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka biała z indyka łukosz 60g (1-GLU) Ogórek kiszony 70g Salata lodowa 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Herbatniki biszkoptowe 40g (1-GLU, 3-IAI, 5-OZI, 6-SOI, 7-MLE, 8-OML, 11-SEZ, 12-SOZ)	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3-IAI) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70g (9-SEL) Kalafor 80g Kompot owocowy 200ml	Kiw 1 szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6-SOI, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 25034 Białko ogdem [g] 968 Tłuszcz [g] 891 W glowodany ogdem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 282	
	Placszczo Podstawowa	Kawa mleczna 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Salceson wyborny 60g (1-GLU) Ogórek kiszony 70g Salata lodowa 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3-IAI) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70g (9-SEL) Kalafor 80g Kompot owocowy 200ml Kiw 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6-SOI, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Warto energetyczna[kcal] 27143 Białko ogdem [g] 101 Tłuszcz [g] 1061 W glowodany ogdem [g] 3508 Błonnik pokarmowy [g] 298
	Placszczo Lekkostrawna	Kawa mleczna 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka biała z indyka łukosz 60g (1-GLU) Pomidor 70g Salata lodowa 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3-IAI) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Kalafor 80g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70g (9-SEL) Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OML, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6-SOI, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Warto energetyczna[kcal] 26441 Białko ogdem [g] 1061 Tłuszcz [g] 882 W glowodany ogdem [g] 3703 Błonnik pokarmowy [g] 333

2026-03-07 sobota

Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60g (1-GLU) Salata lodowa 30g Ogórek kiszony 70g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 5g (7-MLE) Ser dity 20g (7-MLE) Pomidor 20g	Zupa dyniowa z ziemniakami 300ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3-IA) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70g (9-SEL) Kalafior 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Kiw 1 szt	Chleb razowy 120g (1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6-SOI, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90g Salata 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna [kcal] 2454 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 95 W glowodany ogółem [g] 295 Błonnik pokarmowy [g] 52,1
Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-SOI, 8-OME, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3-IA) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-SOI, 8-OME, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6-SOI, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Warto energetyczna [kcal] 2415 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 73 W glowodany ogółem [g] 346 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026-03-07 sobota	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i wydzielenie soku od owocowego		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300ml (9SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Bułka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7ME) Szynka biała z indyka lukosz 60g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7ME)	Warto energetyczna[kcal] 2415,7 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 73,9 Wglowodany ogółem [g] 346,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
	Plaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle ry owe 2 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300ml (9SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 120g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka biała z indyka lukosz 60g (1-GLU) Pomidor 70g Salata lodowa 30g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 2211,5 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 65,4 Wglowodany ogółem [g] 322,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3
	Plaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300ml (9SEL) Pulpet wieprzowy 100g (1-GLU, 3/1A) Sos pieczeniowy diet 60g (1-GLU) Kasza j czmienna 170g (1-GLU) Kalafior 150g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 120g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 15g Szynka zielonogórska 40g (1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 50ZI, 80ME, 11-SEZ) Masło ro linne 5g Schab Maryny 20g (1-GLU)	Warto energetyczna[kcal] 2302,4 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 70,7 Wglowodany ogółem [g] 327,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,2

2026-03-08 niedziela	Plaszczyzna Podstawowa Dzieci	Kakao 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Pol dwica sopočka 60g (<i>1-GLU</i>) Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Kisiel z jagodami 200ml (<i>11-SEZ</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEL</i>) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (<i>10GOR</i>) Ziemniaki 170g Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 70g Seler gotowany z cukini i koperkiem 80g Kompot owocowy 200ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Plat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 22984 Bialko ogdem [g] 1126 Tluszcz [g] 861 W glowodany ogdem [g] 3094 Bionnik pokarmowy [g] 257	
	Plaszczyzna Podstawowa	Kakao 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Pol dwica sopočka 60g (<i>1-GLU</i>) Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEL</i>) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (<i>10GOR</i>) Ziemniaki 170g Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 70g Seler gotowany z cukini i koperkiem 80g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Plat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7MLE</i>) Ser biały 50g (<i>7MLE</i>)	Warto energetyczna[kcal] 2554 Bialko ogdem [g] 1301 Tluszcz [g] 941 W glowodany ogdem [g] 3365 Bionnik pokarmowy [g] 286
	Plaszczyzna Lekkostrawna	Kakao 250g (<i>7MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Pol dwica sopočka 60g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 300ml (<i>1-GLU, 7MLE, 9SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170g Seler gotowany z cukini i koperkiem 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7MLE</i>) Plat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONIE, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7MLE</i>) Ser biały 50g (<i>7MLE</i>)	Warto energetyczna[kcal] 25453 Bialko ogdem [g] 1291 Tluszcz [g] 994 W glowodany ogdem [g] 3232 Bionnik pokarmowy [g] 282

2026-03-08 niedziela

Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów	Kakao bez cukru 250g (7MLE) Chleb razowy 120g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Pol dwica sopocka 60g (1-GLU) Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 5g (7MLE) Ser biały 50g (7MLE) Ogórek 20g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300ml (1-GLU, 7AME, 9SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza gryczana 170g Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70g Seler gotowany z cukini i koperkiem 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120g (1-GLU, 6SOI, 11-SEZ) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 40g (1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna [kcal] 2474,3 Białko ogółem [g] 123,1 Tłuszcz [g] 110,1 W glowodany ogółem [g] 272,5 Błonnik pokarmowy [g] 49,4
Piaseczno Latwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250g (7MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ) Bulka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Pol dwica sopocka 60g (1-GLU) Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300ml (1-GLU, 9SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170g Seler gotowany z cukini i koperkiem 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ) Bulka wrodawska 40g (1-GLU) Masło 15g (7MLE) Plat szynkowy Gustavus 40g (1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (1-GLU, 5OZI, 8ONK, 11-SEZ) Masło 5g (7MLE) Ser biały 50g (7MLE)	Warto energetyczna [kcal] 2521,3 Białko ogółem [g] 128,5 Tłuszcz [g] 96,9 W glowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

2026-03-08 niedziela

Piaseczno Katowista z ograniczeniem substancji pobudzających i cytrynianem sodu o 10%	Kakao 250g (<i>7ALE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Bułka wrocławska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7ALE</i>) Pol dwica sopocka 60g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2szt Ziemniaki 170g Seler gotowany z cukini i koperkiem 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Bułka wrocławska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7ALE</i>) Płat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7ALE</i>) Ser biały 50g (<i>7ALE</i>)	Warto energetyczna[kcal] 2521,3 Białko ogółem [g] 1285 Tłuszcz [g] 969 Wglowodany ogółem [g] 3238 Błonnik pokarmowy [g] 283
Piaseczno L Bezmieczna Dzieci	Chleb pszenny 120g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Pol dwica sopocka 60g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Kisiel z jagodami 200ml (<i>11-SEZ</i>)	Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2szt Ziemniaki 170g Seler gotowany z cukini i koperkiem 150g Kompot owocowy 200ml	Mandarynka 2szt	Chleb pszenny 120g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Płat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 21159 Białko ogółem [g] 1055 Tłuszcz [g] 782 Wglowodany ogółem [g] 287,1 Błonnik pokarmowy [g] 28
Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Chleb pszenny 120g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Pol dwica sopocka 60g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa pomidorowa z makaronem muszelki b/ml 300ml (<i>1-GLU, 9SEL</i>) Palki z kurczaka pieczone 2szt Ziemniaki 170g Seler gotowany z cukini i koperkiem 150g Kompot owocowy 200ml Mandarynka 2szt		Chleb pszenny 120g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Płat szynkowy Gustavus 40g (<i>1-GLU, 6SOI, 9SEL, 10GOR</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8OVI, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 5g Schab Maryny 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna[kcal] 2222 Białko ogółem [g] 1134 Tłuszcz [g] 841 Wglowodany ogółem [g] 292,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2026-03-09 poniedziałek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Ser dły 20g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 1 szt (<i>7/MLE</i>)	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>7/MLE, 9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 80g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Surówka z marchwi i jabłka 70g Kompot owocowy 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 60g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna [kcal] 2703,1 Białko ogółem [g] 748 Tłuszcz [g] 122,3 W gwałowany ogółem [g] 355,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Placeczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Ser dły 20g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>7/MLE, 9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 80g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Surówka z marchwi i jabłka 70g Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7/MLE</i>)	Warto energetyczna [kcal] 2855,3 Białko ogółem [g] 794 Tłuszcz [g] 124,8 W gwałowany ogółem [g] 414,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,9	
	Placeczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Serek homogenizowany z natk pietruszki 60g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300ml (<i>7/MLE, 9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem diet 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bulka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7/MLE</i>)	Warto energetyczna [kcal] 2830,5 Białko ogółem [g] 81,8 Tłuszcz [g] 116,2 W gwałowany ogółem [g] 424 Błonnik pokarmowy [g] 31,6	

2026-03-09 poniedziałek	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu
	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu	Placiszno Z ograniczeniem tłuszczu
	Zacierka na mleku 250 ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb razowy 50g (<i>1-GLU, 6/SOI, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7/MLE</i>) Serek homogenizowany z natk pietruszki 50g (<i>7/MLE</i>) Papryka 20g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (<i>7/MLE, 9/SEI</i>) Schab pieczony w majeranku 100g Sos rozmarynowy 60g (<i>1-GLU</i>) Kasza p czak 170g (<i>1-GLU</i>) Surówka z marchwi i jabłka bć 70g Brokuły 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb razowy 120g (<i>1-GLU, 6/SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z dederzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna [kcal] 2687,2 Białko ogółem [g] 909 Tłuszcz [g] 1151 W gwałdowny ogółem [g] 3235 Błonnik pokarmowy [g] 57,3
	Zacierka na mleku 250 ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300ml (<i>9/SEI</i>) Kartacze z mi semdiet 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOI</i>) Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9/SEI</i>) Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OME, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7/MLE</i>)	Warto energetyczna [kcal] 2439,7 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 83,5 W gwałdowny ogółem [g] 4049 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026-03-09 poniedziałek	Płaseczno Katowstrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i cychwydziałanie soku o słodkiego	Zacierka na mleku 250ml (<i>1-GLU, 3/AJ, 7/MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka tostowa drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300ml (<i>9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem diet 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/MLE</i>) Szynka Maryny 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (<i>7/MLE</i>)	Warto energetyczna[kca] 2439,7 Białko ogółem [g] 77,2 Tłuszcz [g] 83,5 W glądany ogółem [g] 404,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,5	
	Płaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki j czienne na wodzie 250g (<i>1-GLU</i>) Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Szynka tostowa drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Mus malinowy 200g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300ml (<i>9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem diet 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml	Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 120g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 40g (<i>1-GLU</i>) Masło ro linne 15g Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kca] 2694,3 Białko ogółem [g] 71,3 Tłuszcz [g] 100,5 W glądany ogółem [g] 441,4 Błonnik pokarmowy [g] 48,4
	Płaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki j czienne na wodzie 250g (<i>1-GLU</i>) Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Szynka tostowa drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 70g Salata 30g Herbata 1 szt Cukier 10g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300ml (<i>9/SEZ</i>) Kartacze z mi sem diet 3 szt (<i>1-GLU, 3/AJ, 6/SOJ</i>) Buraczki 150g (<i>1-GLU, 9/SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Pomara cza 1 szt	Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Szynka Maryny 20g (<i>1-GLU</i>) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60g (<i>5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Pomidor 90g Salata 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5/OZI, 8/OML, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 10g Pol dwica drobiowa 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna[kca] 2625,1 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 106,9 W glądany ogółem [g] 401,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3	

2026-03-10 wtorek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Ser biały 60g (7-MLE) D em 20g Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g	Krucze ciastka 60g (1-GLU, 3-JAI, 7-MLE)	Zupa minestrone z ziemniakami 300 ml (9-SEZ) Kotlet po arski z pieca 100g (1-GLU, 3-JAI) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Salata z jogurtem greckim 70g (7-MLE) Ratatouille 80g Kompot owocowy 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Pol dwica drobiowa 40g (1-GLU) Ogórek 90g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 2647,4 Białko ogółem [g] 1001 Tłuszcz [g] 97,5 Wgłowodany ogółem [g] 3532 Błonnik pokarmowy [g] 332
	Placeczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Ser biały 60g (7-MLE) D em 20g Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa minestrone z ziemniakami 300 ml (9-SEZ) Kotlet po arski z pieca 100g (1-GLU, 3-JAI) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Salata z jogurtem greckim 70g (7-MLE) Ratatouille 80g Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Tyrolska 20g (1-GLU) Pol dwica drobiowa 40g (1-GLU) Ogórek 90g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 2623,3 Białko ogółem [g] 1064 Tłuszcz [g] 89,2 Wgłowodany ogółem [g] 3604 Błonnik pokarmowy [g] 354
	Placeczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Ser biały 60g (7-MLE) D em 20g Pomidor 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa minestrone z ziemniakami lekkostrawna 300 ml (9-SEZ) Kotlet po arski z pieca 100g (1-GLU, 3-JAI) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Salata z jogurtem greckim 70g (7-MLE) Ratatouille lekkostrawna 80 g (9-SEZ) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWE, 11-SEZ) Bułka wrodawska 20g (1-GLU) Masło 15g (7-MLE) Pol dwica drobiowa 40g (1-GLU) Pomidor 90g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10g	Warto energetyczna[kcal] 2616,1 Białko ogółem [g] 1057 Tłuszcz [g] 86,9 Wgłowodany ogółem [g] 3645 Błonnik pokarmowy [g] 355

2026-03-10 wtorek

Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównodanów	Platki owsiane na mleku 250ml (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb razowy 120g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Ser biały 80g (<i>7-MLE</i>) Papryka 70g Salata 30g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7-MLE</i>) Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>) Papryka 20g	Zupa minestrone z ziemniakami 300 ml (<i>9-SEZ</i>) Kotlet po arski z pieca 100g (<i>1-GLU, 3-AJ</i>) Kasza bulgur 170g (<i>1-GLU</i>) Salata z jogurtem greckim 70g (<i>7-MLE</i>) Ratatouille 80g Kompot owocowy bez cukru 200ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120g (<i>1-GLU, 6-SOI, 11-SEZ</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Pol dwica drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Ogórek 90g Salata lodowa 10g Herbata 1 szt		Warto energetyczna [kcal] 2572,1 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 92,3 W glównodany ogółem [g] 327,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,1
Piaseczno łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki owsiane na mleku 250ml (<i>1-GLU, 7-MLE</i>) Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Ser biały 60g (<i>7-MLE</i>) D em 20g Pomidor b/skórki 100g herbata owocowa 1 szt Cukier 10g		Zupa minestrone z ziemniakami lekkostrawna 300 ml (<i>9-SEZ</i>) Kotlet po arski z pieca 100g (<i>1-GLU, 3-AJ</i>) Kasza bulgur 170g (<i>1-GLU</i>) Ratatouille lekkostrawne 150g (<i>9-SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7-MLE</i>) Pol dwica drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5-SOI, 8-ONE, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7-MLE</i>) Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna [kcal] 2654,7 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 91 W glównodany ogółem [g] 366,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,1

2026-03-10 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i cychwydzianiem soku o słodkiego		Zupa minestrone z ziemniakami lekkostrawna 300 ml (<i>9SEZ</i>) Kotlet po arski z pieca 100g (<i>1-GLU, 3/AJ</i>) Kasza bulgur 170g (<i>1-GLU</i>) Ratatouille lekkostrawne 150g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONE, 11-SEZ</i>) Bułka wrodawska 20g (<i>1-GLU</i>) Masło 15g (<i>7/ALE</i>) Pol dwica drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor b/skórki 100g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONE, 11-SEZ</i>) Masło 5g (<i>7/ALE</i>) Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna[kcal] 26547 Białko ogółem [g] 1047 Tłuszcz [g] 91 W główny ogółem [g] 3669 Błonnik pokarmowy [g] 36,1
	Piaseczno L. Bezmieczna Dzieci	Biszkopty 30g (<i>1-GLU, 3/AJ</i>)	Zupa minestrone z ziemniakami lekkostrawna 300 ml (<i>9SEZ</i>) Kotlet po arski z pieca 100g (<i>1-GLU, 3/AJ</i>) Kasza bulgur 170g (<i>1-GLU</i>) Salata z sosem vinegret 70g Ratatouille lekkostrawne 80g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml	Melon Kantalupe 150g	Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONE, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Pol dwica drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 90g Salata lodowa 10g Herbata 1 szt Cukier 10g		Warto energetyczna[kcal] 23067 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 77,3 W główny ogółem [g] 3224 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno L. Bezmieczna 4p.		Zupa minestrone z ziemniakami lekkostrawna 300 ml (<i>9SEZ</i>) Kotlet po arski z pieca 100g (<i>1-GLU, 3/AJ</i>) Kasza bulgur 170g (<i>1-GLU</i>) Salata z sosem vinegret 70g Ratatouille lekkostrawne 80g (<i>9SEZ</i>) Kompot owocowy 200ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONE, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 15g Pol dwica drobiowa 40g (<i>1-GLU</i>) Pomidor 90g Salata lodowa 10g Herbata 1 szt Cukier 10g	Chleb pszenny 50g (<i>1-GLU, 5OZI, 8ONE, 11-SEZ</i>) Masło ro linne 5g Tyrolska 20g (<i>1-GLU</i>)	Warto energetyczna[kcal] 24244 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 82,3 W główny ogółem [g] 3403 Błonnik pokarmowy [g] 35,9

Oznaczenia alergenów

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty 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 laktozami),
- 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-SO2 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MI - Mięczaki i produkty pochodne,