

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026.02.11 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos pieczarkowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Kalafor 80 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 214,7 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Sos pieczarkowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 356,7 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 339 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 303,3 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4

2026.02.11 środa	Piaseczno Cukrzycowa	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz biały z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos pieczarkowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Makaron pene 170 g (1-GLU)	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 575,4 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 362 Błonnik pokarmowy [g] 50,3
2026.02.11 środa	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 222,8 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
2026.02.11 środa	Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 222,8 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
2026.02.11 środa	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 045,7 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2026.02.11 środa	Piaseczno L Bezmielczna 4p.			Barszcz biały z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Makaron pene 170 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 155,1 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 326,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Surówka z pora (z majonezem) 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 249 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 75,3 Węglowodany ogółem [g] 312,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3
2026.02.12 czwartek	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Surówka z pora (z majonezem) 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 377 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 331,7 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Salata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 471,8 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 354,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2026.02.12 czwartek	Piaseczno Cukrzycowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>7-MLE</b> ) Ogórek 20 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku z ryżem brązowym 100 g ( <b>3-JAJ, 9-SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ryż brązowy 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Surówka z pora (z majonezem) b/c 70 g ( <b>3-JAJ, 7-MLE</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g ( <b>3-JAJ, 7-MLE</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 482,3 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 332 Błonnik pokarmowy [g] 57,2	
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g ( <b>3-JAJ, 9-SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Połędwica sopocka 20 g ( <b>1-GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 358,7 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 353,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Piaseczno Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g ( <b>3-JAJ, 9-SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Połędwica sopocka 20 g ( <b>1-GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 358,7 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 353,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

2026.02.12 czwartek	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałata brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g (3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 205,3 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,2
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałata brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g (3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 294,2 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
2026.02.13 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 083,6 Białko ogółem [g] 73,4 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 309,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,4

2026.02.13 piątek	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,8 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 335,3 Błonnik pokarmowy [g] 26	
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 339 Błonnik pokarmowy [g] 24,8	
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z serem b/cukru 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 361,7 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Błonnik pokarmowy [g] 50
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,8 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 372,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8	

2026.02.13 piątek	Piaseczno Wrzodowa		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-jagodowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 263,8 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,1 Węglowodany ogółem [g] 372,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8
	Piaseczno L. Bezmielczna Dzieci	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 862 Białko ogółem [g] 54,9 Tłuszcz [g] 46,8 Węglowodany ogółem [g] 345 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Piaseczno L. Bezmielczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Sos jogurtowo-jagodowy z jogurtem sojowym 60 g (6-SOJ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 957,7 Białko ogółem [g] 59,9 Tłuszcz [g] 52,7 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
2026.02.14 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Surówka z cukinią i marchewką lekka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 239,4 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Błonnik pokarmowy [g] 25

2026.02.14 sobota

Placeczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Surówka z cukinią i marchewką lekka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 451,8 Białko ogółem [g] 95,3 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 331 Błonnik pokarmowy [g] 28,1
Placeczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 308,2 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 304,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
Placeczno Cukrzykowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z cukinią i marchewką lekka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 217 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 264,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,5
Placeczno Wątrobowo-Trzusk.	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,9 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

2026.02.14 sobota	Piaseczno Wzodowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,9 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 293 Błonnik pokarmowy [g] 26,1
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos ziołowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 093,4 Białko ogółem [g] 80,1 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka wieprzowa lekka 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 117,7 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
2026.02.15 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kruche ciastka 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (9-SEL) Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 350,6 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 300,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,8

2026.02.15 niedziela

Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (9-SEL) Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 227,6 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 290,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,5 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
Piaseczno Cukrzykowa	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynekowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 70 g (9-SEL) Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 287,7 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 259,8 Błonnik pokarmowy [g] 52,2
Piaseczno Wątrob.-Trzusiak.	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,6 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5

2026.02.15 niedziela	Piaseczno Wrzodowa		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Schab Benedykta 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 185,6 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 282,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 013 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 273,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g ( <b>1-GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 120,8 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 278,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
2026.02.16 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Biszkopty 30 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> )	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Kasza kuskus 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Szpinak 80 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g ( <b>1-GLU</b> )	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Płat szynkowy Gustavus 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 468,1 Białko ogółem [g] 99,4 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 362 Błonnik pokarmowy [g] 34,9

2026.02.16 poniedziałek	Placeczno Podstawowa		Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Kasza kuskus 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Szpinak 80 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g ( <b>1-GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Płat szynkowy Gustavus 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>1-GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 648,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 107,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 81,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 386,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 37,2
	Placeczno Lekkostrawna		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml ( <b>1-GLU, 9-SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Kasza kuskus 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Szpinak 80 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g ( <b>1-GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Płat szynkowy Gustavus 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g ( <b>5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>1-GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 601 <b>Białko ogółem</b> [g] 98,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 97,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 342,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,9
	Placeczno Cukrzykowa	Chleb razowy 50 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml ( <b>7-MLE, 9-SEL</b> ) Klopsik wieprzowy po marokańsku 100 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Szpinak 80 g ( <b>1-GLU</b> ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pomidorowy 60 g ( <b>1-GLU</b> )	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 100 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Płat szynkowy Gustavus 20 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR</b> ) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 437 <b>Białko ogółem</b> [g] 97,7 <b>Tłuszcz</b> [g] 81,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 332,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 56,5

2026.02.16 poniedziałek	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szyunka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 448,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 353,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno Wrzodowa		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szyunka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 448,6 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 353,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Szpinak 80 g (1-GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 363,2 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Klopsik wieprzowy po marokańsku diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Szpinak 80 g (1-GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szyunka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 443,1 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 329,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

2026.02.17 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica soppocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 450,4 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 362,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5	
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt		Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica soppocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 562,7 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 381,1 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z salaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica soppocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 653,7 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 415,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026.02.17 wtorek	Piaseczno Cukrzykowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Ser żółty 40 g ( <b>7-MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>7-MLE</b> ) Szyńka Maryny 20 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor 20 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml ( <b>9-SEL</b> ) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Kasza bulgur 170 g ( <b>1-GLU</b> ) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 333,2 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 52	
	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>9-SEL</b> ) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kluski śląskie 170 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 414,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Piaseczno Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>1-GLU, 7-MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>9-SEL</b> ) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 80 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kluski śląskie 170 g ( <b>1-GLU, 3-JAJ</b> ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>1-GLU</b> ) Masło 15 g ( <b>7-MLE</b> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>1-GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>7-MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 534,9 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 414,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,6

2026.02.17 wtorek	Placeczno L. Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Brokuły 80 g	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 389,6 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 401,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Placeczno L. Bezmleczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt Brokuły 80 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 50 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 496,6 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 408,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
2026.02.18 środa	Placeczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlety jajeczne II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Melon miodowy 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 542,4 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2026.02.18 środa	Piaseczno Podstawowa		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlety jajeczne II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 636,5 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 342,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Lekkostrawna		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlety jajeczne pieczone II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 90 g Buraczki 80 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Pasta warzywna 60 g (9-SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 498 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 353,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	Piaseczno Cukrzykowa	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlety jajeczne pieczone II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 541,2 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 323,2 Błonnik pokarmowy [g] 57,2
	Piaseczno Wątrob.-Tłuszk.		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet warzywny 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Pasta warzywna 60 g (9-SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 361 Błonnik pokarmowy [g] 33,2

2026.02.18 środa	Piaseczno Wzrodowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta z tuńczyka diet. 80 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet warzywny 100 g (3-JAJ, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Pasta warzywna 60 g (9-SEL)	Wartość energetyczna[kcal] 2 381,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 361 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlety jajeczne pieczone II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 g (9-SEL) Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 271,9 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta z tuńczyka b/ml 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlety jajeczne pieczone II 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta warzywna 80 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Paszet sojowy 50 g (6-SOJ)	Wartość energetyczna[kcal] 2 365,6 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
2026.02.19 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 290,4 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2

2026.02.19 czwartek	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 248 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 300,8 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Sałata z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 309,3 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 303,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Piaseczno Cukrzykowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g Zupa dyniowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Sałata ze śmietaną 70 g (7-MLE) Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 494,6 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 297,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,1
	Piaseczno Wątrob.-Tłuszk.	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 437,6 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

2026.02.19 czwartek	Piaseczno Wzrostowa		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 437,6 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 340,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Sałata z sosem vinegret 70 g	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 266,8 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 322,1 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 355,7 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
2026.02.20 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 287,3 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,6

2026.02.20 piątek	Piaseczno Podstawowa		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Dorsz pieczony soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej i białej 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 513,6 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Piaseczno Lekkostrawna		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Dorsz pieczony soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 378,7 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 320,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Piaseczno Cukrzycowa	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Papryka 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Dorsz pieczony soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Szpinak 80 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 396,4 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 286 Błonnik pokarmowy [g] 53,1

2026.02.20 piątek	Piaseczno Wątrob.-Trzuskik.		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 500,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 362,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
2026.02.20 piątek	Piaseczno Wątrob.-Trzuskik.		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 500,2 Białko ogółem [g] 94,1 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 362,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
2026.02.20 piątek	Piaseczno Wątrob.-Trzuskik.	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 062,9 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 290,9 Błonnik pokarmowy [g] 33

2026.02.20 piątek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml <b>(1-GLU)</b> Chleb pszenny 100 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt <b>(3-JAJ)</b> Szyńka zielonogórska 20 g <b>(1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</b> Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml <b>(9-SEL, 13-LUB)</b> Dorsz pieczony soute 100 g <b>(1-GLU, 4-RYB)</b> Kasza bulgur 170 g <b>(1-GLU)</b> Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Szpinak 150 g <b>(1-GLU)</b> Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy 60 g Schab Benedykta 20 g <b>(1-GLU)</b> Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g <b>(1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</b> Masło roślinne 5 g Szyńka z liściem Gustavus 20 g <b>(6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)</b>	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 207,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 71,2 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 306,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,8
-------------------	----------------------------	---	---	--	--	--	--

### **Oznaczenia alergenów:**

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,