

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026.06.11 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 349 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 390,2 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 298 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska pieczony 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 097,7 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 271,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

2026.06.11 czwartek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g</p>	<p>Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna b/c 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Jabłko 1 szt	<p>Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 267 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Błonnik pokarmowy [g] 50,9</p>
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>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</p>		<p>Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)</p>

2026.06.11 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 199,8 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL)	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 081,5 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 170,4 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,1

2026.06.12 piątek	Plaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 229,9 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 293,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Plaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 456,2 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 90,1 Węglowodany ogółem [g] 317,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Plaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g			Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)

2026.06.12 piątek	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Papryka 20 g</p>	<p>Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Truskawki 100 g	<p>Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 378,5 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 95,3 Węglowodany ogółem [g] 279,2 Błonnik pokarmowy [g] 53</p>
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soule 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g</p>		<p>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</p>	<p>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)</p>

2026.06.12 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) 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] 2 430,9 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 110,5 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 307,1 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,5 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 322,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,2

2026.06.13 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Sałata z jogurtem naturalnym 70 g (7-MLE) Fasolka gotowana 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) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 303,4 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 324,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 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) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Sałata z jogurtem naturalnym 70 g (7-MLE) Fasolka gotowana 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) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 474,6 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 360 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 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 Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml 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) Szynkowa 20 g (1-GLU) Pasta warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 393,4 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 357,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,4

2026.06.13 sobota	Plaszczo Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 biała z indyka Łukosz 40 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) Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w paprykowym trio 110 g (9-SEL) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Fasolka gotowana 80 g Sałata z jogurtem naturalnym 70 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 326 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 303,8 Błonnik pokarmowy [g] 54,4
	Plaszczo Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.06.13 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml 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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 549,8 Białko ogółem [g] 99,2 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 390,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g (1-GLU) Pasta warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 091,8 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-ŁUB) Udziki drobiowe w sosie potrawkowym diet. 110 g (9-SEL) Makaron muszelki 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 20 g (1-GLU) Pasta warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 199,4 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 331,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,7

2026.06.14 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g (7-MLE) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,3 Białko ogółem [g] 118 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 271 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Mizeria 70 g (7-MLE) Buraczki 80 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 276,9 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 293,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 296,8 Białko ogółem [g] 113,6 Tłuszcz [g] 75,4 Węglowodany ogółem [g] 298,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2026.06.14 niedziela	Plasieczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Mizeria 70 g (7-MLE) Brukselka 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 350,1 Białko ogółem [g] 104,8 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 296 Błonnik pokarmowy [g] 52,5
	Plasieczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)

2026.06.14 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 202,2 Białko ogółem [g] 112,3 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 289,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 137,4 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka schabowa 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 109,4 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 288,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2026.06.15 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż brązowy 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	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 357,1 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 322,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,4	
	Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 483,3 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 343,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 338,2 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 345 Błonnik pokarmowy [g] 33,5

2026.06.15 poniedziałek	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Twarożek 60 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż brązowy 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka jarzynowa z szynką lekkostrawna 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 351,8 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 300,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.06.15 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 243,7 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 335,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 085 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Eskalopki z indyka 100 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Ryż 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Salatka jarzynowa z szynką lekkostrawna b/ml 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,5 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,7

2026.06.16 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Botwinka 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g (3-JAJ) Kompot rabarbarowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 243,8 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 310,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,4	
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Botwinka 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw 70 g (3-JAJ) Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 431,7 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 332,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Botwinka lekka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 340,5 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 318,8 Błonnik pokarmowy [g] 33

2026.06.16 wtorek	Plaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 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) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Botwinka 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Gulasz wieprzowy 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 80 g Surówka colleslaw b/c 70 g (3-JAJ) Kompot rabarbarowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 324,8 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 90,8 Węglowodany ogółem [g] 289,1 Błonnik pokarmowy [g] 51,1
	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Botwinka lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)

2026.06.16 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Botwinka lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 350,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g	Botwinka lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 051,4 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.		Botwinka lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Mieszanka warzyw gotowanych lekka 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 138,9 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 72,2 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2

2026.06.17 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 198,8 Białko ogółem [g] 96,8 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Błonnik pokarmowy [g] 22	
	Placeczno 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 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) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 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] 2 360,2 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 341,1 Błonnik pokarmowy [g] 23
	Placeczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,1 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 332,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,1

2026.06.17 środa	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Jajko 1 szt (3-JAJ) Pomidor 20 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 482,7 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 314,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,8
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.06.17 środa

Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 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] 2 245 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 338,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3
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 Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 200 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 834,9 Białko ogółem [g] 46,1 Tłuszcz [g] 35,4 Węglowodany ogółem [g] 346,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,4
Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 898,5 Białko ogółem [g] 55,5 Tłuszcz [g] 39,4 Węglowodany ogółem [g] 339,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6

2026.06.18 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	<p>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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)</p>	<p>Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką w panierce 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Banan 1 szt</p>	<p>Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 586,4 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 368,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2</p>	
	Piaseczno Podstawowa	<p>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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką w panierce 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 806,1 Białko ogółem [g] 109,9 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 394,2 Błonnik pokarmowy [g] 34</p>
	Piaseczno Lekkostrawna	<p>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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 722,7 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 375,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3</p>

2026.06.18 czwartek	Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa koperkowa z zielonym ogórkiem i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 464,8 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 310,5 Błonnik pokarmowy [g] 51,9
	Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)

2026.06.18 czwartek	Plaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 150 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 582,1 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 358,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Plaseczno L Bezmielczna Dzieci	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 363,5 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Plaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zawijańce z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 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] 2 482,8 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 360,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,9

2026.06.19 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz panierowany 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 215,9 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 303,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,9	
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz panierowany 100 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 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] 2 230,3 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 77,1 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna z natką diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 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] 2 036,4 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 273,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2026.06.19 piątek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 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) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 300,3 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Błonnik pokarmowy [g] 52
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)

2026.06.19 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 020,5 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 61,1 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Truskawki 100 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 1 873,3 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 260 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Połędwica sopocka 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 roślinne 5 g Szywnowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 939,5 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 256,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,6

2026.06.20 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 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) Szyńka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)	Gruszka 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 423,1 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 85,4 Węglowodany ogółem [g] 333,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 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) Szyńka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 80 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 500,8 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 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) Szyńka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 329 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

2026.06.20 sobota	Plaszczyzna z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 140 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna [kcal] 2 580,4 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 331,5 Błonnik pokarmowy [g] 57,8
	Plaszczyzna Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka od górali 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 konserwowa 20 g (1-GLU)

2026.06.20 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 333,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 310,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno L. Bezmielczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 124,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 294,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno L. Bezmielczna 4p.		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet z indyka siekany pieczony 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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] 2 201,4 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 298,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

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,