

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-01-21 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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kalafior 80 g 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) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 385,3 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 354,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 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) Szynka od górali 40 g 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 426,4 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 81,5 Węglowodany ogółem [g] 344,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Placeczno 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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 80 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon miodowy 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) 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 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 394,8 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 335 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Placeczno 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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g (3-JAJ, 7-MLE) 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 konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa kapuśniak 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) 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) Szynka od górali 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 390,2 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 327 Błonnik pokarmowy [g] 58,7

2026-01-21 środa	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 150 g 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) Szyńka 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) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,6 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 344,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Piaseczno Wzrodowa		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 150 g 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) Szyńka 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) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 391,6 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 344,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Mus jabłkowy 200 g	Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 80 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 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 Szyńka od górali 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 067,1 Białko ogółem [g] 66,1 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Kalafior 80 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 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 Szyńka 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 Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 064 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 299 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,3 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2026-01-22 czwartek	Płaseczno 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 Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki biszkoptowe 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 5-OZI, 6-SOJ, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 12-SO2)	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 Salata 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 Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 326,4 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 316,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Płaseczno 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 Salata 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 Salata 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 Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 293,2 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Płaseczno 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 Salata 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 Salata 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 Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 268,4 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 301,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Płaseczno Cukrzycowa	Płatki 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 Salata 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 Salata 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 Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 488,2 Białko ogółem [g] 100,8 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Błonnik pokarmowy [g] 49,9
	Płaseczno Wątrob - Tłuszcz.	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	Wartość energetyczna[kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Błonnik pokarmowy [g] 28

2026-01-22 czwartek	Piaseczno Wrzodowa		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] [kcal] 2 409,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 81,9 Węglowodany ogółem [g] 338,2 Błonnik pokarmowy [g] 28
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 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 80 g Kompot owocowy 200 ml Salata 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 Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,4 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 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 Salata 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 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 Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 327,3 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 325,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Płynna		Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2026-01-23 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt	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) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos paprykowy 60 g Surówka z kapusty kiszzonej 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 487,4 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,8

2026-01-23 piątek

Plaszczo Podstawowa	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE)</p> <p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 20 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ)</p> <p>Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Salata 30 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>		<p>Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL)</p> <p>Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)</p> <p>Kasza bulgur 170 g (1-GLU)</p> <p>Sos paprykowy 60 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej 70 g</p> <p>Szpinak 80 g (1-GLU)</p> <p>Kompot owocowy 200 ml</p> <p>Mandarynka 2 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 20 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Hummus dyniowy 60 g</p> <p>Schab Benedykta 20 g (1-GLU)</p> <p>Ogórek 90 g</p> <p>Salata 10 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Masło 5 g (7-MLE)</p> <p>Ser żółty 20 g (7-MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 713,7</p> <p>Białko ogółem [g] 111,9</p> <p>Tłuszcz [g] 92,6</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 367,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 37,7</p>
Plaszczo Lekkostrawna	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE)</p> <p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 20 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE)</p> <p>Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Salata 30 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>		<p>Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL)</p> <p>Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)</p> <p>Kasza bulgur 170 g (1-GLU)</p> <p>Sos koperkowy 60 g (1-GLU)</p> <p>Szpinak 150 g (1-GLU)</p> <p>Kompot owocowy 200 ml</p> <p>Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 20 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Hummus dyniowy 60 g</p> <p>Schab Benedykta 20 g (1-GLU)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Salata 10 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Masło 5 g (7-MLE)</p> <p>Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 516,8</p> <p>Białko ogółem [g] 106,8</p> <p>Tłuszcz [g] 76,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 360,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 36,3</p>
Plaszczo Cukrzycowa	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE)</p> <p>Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE)</p> <p>Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p> <p>Pomidor 70 g</p> <p>Salata 30 g</p> <p>Herbata 1 szt</p>	<p>Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</p> <p>Masło 5 g (7-MLE)</p> <p>Ser żółty 20 g (7-MLE)</p> <p>Papryka 20 g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml (7-MLE, 9-SEL)</p> <p>Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)</p> <p>Kasza bulgur 170 g (1-GLU)</p> <p>Sos paprykowy 60 g</p> <p>Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g</p> <p>Szpinak 80 g (1-GLU)</p> <p>Kompot owocowy bez cukru 200 ml</p>	Mandarynka 2 szt	<p>Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Hummus dyniowy 60 g</p> <p>Schab Benedykta 20 g (1-GLU)</p> <p>Ogórek 90 g</p> <p>Salata 10 g</p> <p>Herbata 1 szt</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 600,3</p> <p>Białko ogółem [g] 105,2</p> <p>Tłuszcz [g] 93,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 329,2</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 57,5</p>
Plaszczo Wątrobowo-Tłuszcz.	<p>Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE)</p> <p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 40 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE)</p> <p>Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p> <p>Pomidor b/ skórki 100 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>		<p>Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL)</p> <p>Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB)</p> <p>Kasza bulgur 170 g (1-GLU)</p> <p>Sos koperkowy 60 g (1-GLU)</p> <p>Szpinak 150 g (1-GLU)</p> <p>Kompot owocowy 200 ml</p> <p>Jabłko 1 szt</p>		<p>Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Bulka wrocławska 40 g (1-GLU)</p> <p>Masło 15 g (7-MLE)</p> <p>Schab Benedykta 40 g (1-GLU)</p> <p>Pomidor b/ skórki 100 g</p> <p>Herbata 1 szt</p> <p>Cukier 10 g</p>	<p>Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ)</p> <p>Masło 5 g (7-MLE)</p> <p>Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 543,8</p> <p>Białko ogółem [g] 103,6</p> <p>Tłuszcz [g] 76,3</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 372,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 35,5</p>

2026-01-23 piątek	Piaseczno Wzrostowa	Płatki 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) Serek homogenizowany natur kg 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	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) 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] [kcal] 2 543,8 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 372,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,5	
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) 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 ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) 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] [kcal] 2 201 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 60,7 Węglowodany ogółem [g] 331 Błonnik pokarmowy [g] 36	
	Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) 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 natką 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) 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	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] [kcal] 2 346 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 346,4 Błonnik pokarmowy [g] 36,8
	Piaseczno Plyma	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 147,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 246,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2026-01-24 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 kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 150 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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] [kcal] 2 479,2 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 351,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,2	

2026-01-24 sobota	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 kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 150 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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] 2 650,4 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 386,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,7	
	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 kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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] 2 483,8 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 382,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,9	
	Piaseczno 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 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 kalafiorowa 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 150 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Fasolka gotowana 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 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] 2 460,6 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Błonnik pokarmowy [g] 58,7
	Piaseczno Wątrob. - Trzuskik.	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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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 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] 2 407,3 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 368,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Wzróżdowa	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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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 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] 2 407,3 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 368,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,9

2026-01-24 sobota	Piaseczno L Bezmieczna Dzieci	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	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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] [kcal] 2 154,2 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 349,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,5	
	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	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 kalafiorowa b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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] [kcal] 2 240,2 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 356,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,2
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2026-01-25 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)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 100 g (7-MLE, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 70 g Brokuły 80 g 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 462,7 Białko ogółem [g] 130,5 Tłuszcz [g] 104,2 Węglowodany ogółem [g] 277,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,9	
	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		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 100 g (7-MLE, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 70 g Brokuły 80 g 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) 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] [kcal] 2 442,3 Białko ogółem [g] 125,8 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 299,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

2026-01-25 niedziela	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	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 120 g (7-MLE, 10-GOR) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 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] 2 442,7 Białko ogółem [g] 126,2 Tłuszcz [g] 102,6 Węglowodany ogółem [g] 291,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,3	
	Piaseczno Cukrzycowa	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 pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony b/k 100 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty czerwonej, jabłka i słonecznika 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 383,8 Białko ogółem [g] 120,2 Tłuszcz [g] 104,5 Węglowodany ogółem [g] 264,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,5
	Piaseczno Wątrob. - Tzuskik.	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		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 120 g (7-MLE, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 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) 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] 2 242,6 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Piaseczno Wrzodowa	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		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 120 g (7-MLE, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 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) 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] 2 242,6 Białko ogółem [g] 124,5 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 281,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Piaseczno L. Beźmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 120 g (7-MLE, 10-GOR) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Melon miódowy 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] 2 201,2 Białko ogółem [g] 109,7 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

2026-01-25 niedziela	Piaseczno L Bezmielczna 4p.				Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 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) Udziec z kurczaka w sosie pomarańczowym z mandarynkami 120 g (7-MLE, 10-GOR) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon miódowy 150 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Poledwica 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] 2 173,2 Białko ogółem [g] 115,5 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaseczno Płynna				Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2026-01-26 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	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	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Poledwica sopočka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g			Wartość energetyczna[kcal] 2 401,8 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 337,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,3	
	Piaseczno Podstawowa		Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 120 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 80 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		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	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Poledwica sopočka 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] 2 528 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 358,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,3		
	Piaseczno Lekkostrawna		Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt			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	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Poledwica sopočka 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] 2 614,2 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 399,4 Błonnik pokarmowy [g] 35,4	

2026-01-26 poniedziałek	Piaseczno Cukrzykowa	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	Żurek z jajkiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 9-SEL) Medalion drobiowy 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza gryczana biała 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	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym (makaron razowy) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Poledwica sopočka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 619,7 Białko ogółem [g] 111,7 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 337,6 Błonnik pokarmowy [g] 54	
	Piaseczno Wątrob. -Tizusik.	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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 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) Poledwica sopočka 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] 2 324,9 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 377,2 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Piaseczno Wziodowa	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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 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) Poledwica sopočka 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] 2 324,9 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 58,4 Węglowodany ogółem [g] 377,2 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g 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)	Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 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 Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Poledwica sopočka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 410,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 385,8 Błonnik pokarmowy [g] 36
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z jajkiem i ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 3-JAJ, 9-SEL) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza gryczana biała 170 g Seler z gotowaną dynią i natką pietruszki 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 Sałatka makaronowa z kurczakiem wędzonym lekka 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Poledwica sopočka 20 g (1-GLU) 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 Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 487,2 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 390,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,2

2026-01-26 poniedziałek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1	
2026-01-27 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Surówka collesław 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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] 2 449,8 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 360,3 Błonnik pokarmowy [g] 36,7	
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 80 g (8-OWL, 11-SEZ) Surówka collesław 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna [kcal] 2 637,7 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 382,3 Błonnik pokarmowy [g] 36
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kopytka 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bulka 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-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna [kcal] 2 639,7 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 388,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki 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	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz po staropolsku 100 g (1-GLU, 10-GOR) Sos pieczeniowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brukselka 80 g Surówka collesław b/c 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 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] 2 442,3 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 316,4 Błonnik pokarmowy [g] 57,5

2026-01-27 wtorek	Piaszczno Wątrob. -Tzuskik.					<p>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</p> <p>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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 656,8 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 389,3 Błonnik pokarmowy [g] 35</p>
	Piaszczno Wrzodowa					<p>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</p> <p>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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 656,8 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 389,3 Błonnik pokarmowy [g] 35</p>
	Piaszczno L. Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g		Jabłko 1 szt		<p>Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g</p> <p>Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>		<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 348,8 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 371,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,4</p>
	Piaszczno L. Bezmleczna 4p.					<p>Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g</p> <p>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 roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 436,3 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 373,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,5</p>
	Piaszczno Płynna					<p>Herbata 1 szt Cukier 10 g</p>	<p>Kefir 1 szt (7-MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] 2 213,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 245,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8</p>

2026-01-28 środa	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) 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 minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80 g Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 225,3 Białko ogółem [g] 89,3 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,1
	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kurczak po kujawsku 140 g (1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 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) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem 80 g Szynka od szwagra 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] 2 386,7 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 331,8 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno 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) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 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) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 194,8 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 312,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno Cukrzykowa	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) 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 minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka z kaszy gryczanej z kurczakiem 80 g Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 384,7 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 88,5 Węglowodany ogółem [g] 301,5 Błonnik pokarmowy [g] 56,8
	Piaseczno Wątrob.-Tłuszk.	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 minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)		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 60 g (7-MLE) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 223,9 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 318,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2026-01-28 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 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 minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Kalań 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)		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 60 g (7-MLE) Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 223,9 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 318,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno L Bezmleczna 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 minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalań 80 g Kompot owocowy 200 ml Sos majerankowy 60 g (1-GLU)	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Szynka od szwagra 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 005,8 Białko ogółem [g] 68,3 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 307,2 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Piaseczno L Bezmleczna 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 minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 110 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii, jabłka i żurawiny z oliwą 70 g Kalań 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt Sos majerankowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka z kaszy jaglanej z kurczakiem diet. 80 g Szynka od szwagra 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 069,4 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 277,3 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 265,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2026-01-29 czwartek	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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsiki z indyka z pieczarkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Kiwi 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) Pasztetowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 528,6 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 343,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,6

2026-01-29 czwartek	Płateczno Podstawowa	Płatki 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 Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsiki z indyka z pieczarkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasztetowa 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 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 748,3 Białko ogółem [g] 110,8 Tłuszcz [g] 98,8 Węglowodany ogółem [g] 369 Błonnik pokarmowy [g] 37,4	
	Płateczno 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 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa koperkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsiki z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasztetowa 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 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 732,4 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 370 Błonnik pokarmowy [g] 39,3	
	Płateczno Cukrzycowa	Płatki 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 Salata 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 ogórkowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsiki z indyka z pieczarkami 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (3-JAJ, 7-MLE) Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasztetowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 432,7 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 285,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,4
	Płateczno Wątrobowo-Trzustki	Płatki 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 ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsiki z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasztetowa 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] 2 730,1 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4
	Płateczno Wizodowa	Płatki 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 ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsiki z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasztetowa 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] 2 730,1 Białko ogółem [g] 111,1 Tłuszcz [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 372,8 Błonnik pokarmowy [g] 39,4

2026-01-29 czwartek	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsiki z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)	Kiwi 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 Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 386,5 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 79,4 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 38,1	
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Klopsiki z indyka 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL)		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 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 Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 505,8 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 347,7 Błonnik pokarmowy [g] 39,5
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
2026-01-30 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 szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Połędwica sopočka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 458,9 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 349,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4	
	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) 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		Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Połędwica sopočka 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] [kcal] 2 472,1 Białko ogółem [g] 108,7 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 353 Błonnik pokarmowy [g] 26,4

2026-01-30 piątek	Piaszczno 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 szpinakowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 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) Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Połędwica 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] 2 439,7 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 350,2 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaszczno Cukrzycowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (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 szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Jarzynka z koperkiem 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Sałatka nicejska (z tuńczykiem) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 306,5 Białko ogółem [g] 93,5 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Błonnik pokarmowy [g] 51,8
	Piaszczno Wątrobowo-Trzuszk.	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 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 szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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 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] 2 387,1 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 367,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaszczno Wrzodowa	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 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 szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 80 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 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 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] 2 387,1 Białko ogółem [g] 98,2 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 367,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaszczno L. Bezmielczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 10-GOR) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 064,6 Białko ogółem [g] 62,9 Tłuszcz [g] 47,3 Węglowodany ogółem [g] 360 Błonnik pokarmowy [g] 27

2026-01-30 piątek	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Sałatka nicejska (z tuńczykiem lekkostrawna) 80 g (3-JAJ, 4-RYB, 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 Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,7 Białko ogółem [g] 61,5 Tłuszcz [g] 54 Węglowodany ogółem [g] 356,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 179,3 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 258,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
2026-01-31 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) Szynka od góralski 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuly 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos cebulowy 60 g (1-GLU)	Pomarańcza 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 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,7 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 313,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	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) Szynka od góralski 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuly 80 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 70 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos cebulowy 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 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345,4 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 317,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
	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) Szynka od góralski 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuly 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 352 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,9

2026-01-31 sobota	Piaseczno Cukrzykowa	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 jarzynowa z cukinią i soczewicą 300 ml (7-MLE, 9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos cebulowy 60 g (1-GLU)	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasztet 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 421,2 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 88,8 Węglowodany ogółem [g] 309,8 Błonnik pokarmowy [g] 57,2	
	Piaseczno Wątrob.-Tzusk.	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 jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasztet 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] 2 383,1 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaseczno Wrzodowa	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 jarzynowa b/ml 300 ml (9-SEL) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasztet 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] 2 383,1 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą b/ml 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasztet 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 126,9 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka od górali 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z cukinią i soczewicą b/ml 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Bitka z szynki wieprzowej 100 g (1-GLU) Sos majerankowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Pasztet 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] 2 203,4 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,5
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml (1-GLU, 7-MLE) Serek homog. słodzony kg 100 g (7-MLE)		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml (9-SEL)		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 245,3 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

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,