

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026-07-01	2026-07-02	2026-07-03	2026-07-04	2026-07-05	2026-07-06	2026-07-07
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II ś	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Jogurt naturalny 1 szt	Mini muffiny 2 szt	Kefir 1 szt	Wafle ryżowe 2 szt	Biszkopty 30 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt
Obiad	Żurek z ziemniakami 300 ml Twarożek 100 g Makaron świderki 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza jęczmienna 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Salata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml
P.	Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Morele 2 szt	Arbuz 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smałczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Ph							

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026-07-08	2026-07-09	2026-07-10	2026-07-01	2026-07-02	2026-07-03	2026-07-04
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Papryka 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Lukosz 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Mus jabłkowy 200 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt				
Obiad	Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g Sos chrzanowy 60 g Kluski śląskie 170 g Carpaccio z buraczków 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Makaron orzo 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Żurek z ziemniakami 300 ml Twarożek 100 g Makaron świderki 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Zupa kukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Befszyk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P	Nektarynka 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt				
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 40 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn				Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Połędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa
	2026-07-05	2026-07-06	2026-07-07	2026-07-08	2026-07-09	2026-07-10	2026-07-01
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g Kasza jęczmienna 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml Pieczeń rymska z jajkiem 100 g Sos chrzanowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 80 g Carpaccio z buraczków 70 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Makaron orzo 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml Twarożek 100 g Makaron świderki 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smałczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-07-02	2026-07-03	2026-07-04	2026-07-05	2026-07-06	2026-07-07	2026-07-08
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa zacierkowa 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kasza jęczmienna 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g Sos ziołowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany waniliowy 60 g Szyńka zielonogórska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Połędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szyńka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-07-09	2026-07-10	2026-07-01	2026-07-02	2026-07-03	2026-07-04	2026-07-05
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt
II ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynkowa 20 g Ogórek 20 g
Obiad	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Makaron orzo 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Żurek z ziemniakami 300 ml Twarożek 100 g Makaron razowy 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g Ryż brązowy 170 g Brukselka 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 70 g Kompot rabarbarowy bez cukru 200 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 100 g Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Brzoskwinia 1 szt	Gruszka 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Serek homogenizowany natur kg 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g					

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa	czwartek
	2026-07-06	2026-07-07	2026-07-08	2026-07-09	2026-07-10	2026-07-01	2026-07-02
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka Maryny 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Papryka 20 g		
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kasza jęczmienna 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g Sos chrzanowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Sałatka z buraka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g Makaron razowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml Twarożek 100 g Makaron świderki 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g
P	Morele 2 szt	Gruszka 1 szt	Nektarynka 1 szt	Jabłko 1 szt	Kiwi 1 szt		
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn						Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-07-03	2026-07-04	2026-07-05	2026-07-06	2026-07-07	2026-07-08	2026-07-09
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Befszytk wieprzowy z pieca 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kasza jęczmienna 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos ziołowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-07-10	2026-07-01	2026-07-02	2026-07-03	2026-07-04	2026-07-05	2026-07-06
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś							
Obiad	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Makaron orzo 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml Twarożek 100 g Makaron świderki 170 g Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Befszytk wieprzowy z pieca 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Serek wiejski 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g

	wtorek	środa	czwartek	piątek	środa		czwartek
	2026-07-07	2026-07-08	2026-07-09	2026-07-10	2026-07-01		2026-07-02
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś					Kisiel z jabłkiem 200 ml		Mus truskawkowy 200 g
Obiad	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g Kasza jęczmienna 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml Pieczeń rzymska 100 g Sos ziołowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Makaron orzo 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml
P					Brzoskwinia 1 szt		Arbuz 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g	

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

czwartek		piątek		sobota		niedziela	
2026-07-02		2026-07-03		2026-07-04		2026-07-05	
Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szyńkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szyńkowa extra 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
		Wafle ryżowe 2 szt		Mus jabłkowy 200 g			Wafle kukurydziane 2 szt
	Zupa zacierkowa 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Befszyk wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml
	P	Melon Kantalupe 150 g		Banan 1 szt			Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szyńka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szyńka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szyńka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 130 g Masło roślinne 15 g Szyńka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
	Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szyńka bankietowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szyńka konserwowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szyńkowa 20 g	

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-07-01 do dnia 2026-07-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek		wtorek		środa		czwartek
	2026-07-06		2026-07-07		2026-07-08		2026-07-09
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Biskopki 30 g		Kisiel 200 ml			Mus jabłkowy 200 g	
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza jęczmienna 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza jęczmienna 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g Sos ziołowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g Sos ziołowy 60 g Kluski śląskie 170 g Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzynna lekka z olejem 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Morele 2 szt		Arbuz 150 g			Nektarynka 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g

	czwartek	piątek	
	2026-07-09	2026-07-10	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II ś	Wafle kukurydziane 2 szt		Sok owocowy bez cukru 1 szt
Obiad	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Makaron orzo 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos koperkowy 60 g Makaron orzo 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Jabłko 1 szt		Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Schab Benedykta 20 g Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	