

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026.06.21	2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25	2026.06.26	2026.06.27
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pasztet z pieca 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Jogurt naturalny 1 szt	Wafle kukurydziane 3 szt	Budyń 200 ml	Mus jabłkowy 200 g	Jogurt naturalny 1 szt	Biszkopty 30 g	Herbatniki biszkoptowe 40 g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafor 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 120 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ogórkowa z łazankami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 260 g Mizeria 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy 100 g Ziemniaki 170 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 70 g Brokuly 80 g Kompot owocowy 200 ml	Botwinka 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Jarzyny po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Ogórek małosolny 70 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml
P	Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g	Arbuz 150 g	Truskawki 100 g	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g	Banan 1 szt
Kolacja	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g Kielbasa szynkowa 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn							

	niedziela	poniedziałek	wtorek	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.06.28	2026.06.29	2026.06.30	2026.06.21	2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Połędwica sopocka 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 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 Ser biały 60 g Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 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 Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 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 Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pasztet z pieca 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
	Kisiel z jagodami 200 ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kruche ciastka 60 g				
II Ś							
	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 80 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietaną 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos pieczarkowy 60 g Kasza gryczana 170 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos paprykowy 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka czerwony colleslaw 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku 120 g Kasza kuskus 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa ogórkowa z łazankami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 100 g Kasza kuskus 170 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 150 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml Pierogi z mięsem II z okrasą 260 g Mizeria 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
Obiad							
	Arbuz 150 g	Truskawki 100 g	Jabłko 1 szt				
P							
	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g Kielbasa szynkowa 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Kolacja				Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Połędwica drobiowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g
Pn							

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	niedziela
	2026.06.25	2026.06.26	2026.06.27	2026.06.28	2026.06.29	2026.06.30	2026.06.21
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Salceson wyborny 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 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 Ser biały 60 g Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy 100 g Ziemniaki 170 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Botwinka 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym 100 g Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Ogórek małosolny 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka 70 g Marchewka z groszkiem 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 80 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietaną 70 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g Sos pieczarkowy 60 g Kasza gryczana 170 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos paprykowy 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka czerwony collesław 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser biały 80 g Pomidor 90 g Cukier 10 g Herbata 1 szt
Pn	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 Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25	2026.06.26	2026.06.27	2026.06.28
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 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 Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Twarożek z oliwkami 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 50 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z jabłkiem 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa selerowa z łązankami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml pierogi z mięsem II diet. 260 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Botwinka lekka 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Surówka z kukinii 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Twarożek z oliwkami 60 g Szynka piastowska 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 Polędwica drobiowa 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 Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g Kiełbasa szynkowa 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Szynka piastowska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 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 Ser biały 50 g

	poniedziałek	wtorek	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026.06.29	2026.06.30	2026.06.21	2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25
	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	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 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 Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Rzodkiewka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Paszтет z pieca 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt
II Ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Połędwica drobiowa 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka piastowska 20 g Ogórek 30 g
Obiad	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza orkiszowa 170 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Kasza gryczana 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa ogórkowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml Gołąbek po hiszpańsku z ryżem brązowym 100 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot rabarbarowy bez cukru 200 ml	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml Bitka z kurczaka 100 g Sos rozmarynowy 60 g Makaron razowy 170 g Mizeria 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa ryżanka z natką pietruszki (ryż brązowy) 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g Kasza gryczana 170 g Kapusta młoda zasmażana z koperkiem 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g	Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	Gruszka 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 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 lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 40 g Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z tuńczyka diet. 60 g Szynka piastowska 20 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Połędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g Kielbasa szynkowa 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g					

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	niedziela	poniedziałek
	2026.06.26	2026.06.27	2026.06.28	2026.06.29	2026.06.30	2026.06.21	2026.06.22
	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 żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab Benedykta 20 g Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 60 g Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Sałata lodowa 30 g Ogórek kiszony 70 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica sopocka 60 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 120 g Masło 15 g Ser biały 80 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Kakao 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 50 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g Papryka 20 g		
Obiad	Botwinka 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka wielowarzywna b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Ogórek małosolny 70 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza orkiszowa 170 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 70 g Szpinak 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pieczarkowy 60 g Kasza gryczana 170 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietana 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos paprykowy 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka czerwony collesław b/c 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
P	Truskawki 100 g	Kiwi 1 szt	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g	Jabłko 1 szt		
Kolacja	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt Ser żółty 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka zielonogórska 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Ser biały 80 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn						Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25	2026.06.26	2026.06.27	2026.06.28	2026.06.29
	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 20 g Masło 15 g Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Twarożek z oliwkami 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Lukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 60 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml 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
II Ś							
Obiad	Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 150 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml pierogi z mięsem II diet. 260 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Botwinka lekka b/ml 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 170 g
P							
Kolacja	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 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 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 piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 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 40 g Masło 15 g Plat szynkowy Gustavus 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 Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 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 Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	wtorek	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026.06.30	2026.06.21	2026.06.22	2026.06.23	2026.06.24	2026.06.25	2026.06.26
	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 20 g Masło 15 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Płat szynkowy Gustavus 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 Szynka z kotła Gustavus 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 Ser biały 60 g Pieczeń wiedeńska 20 g Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Twarożek z oliwkami 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 Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Szynka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 150 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml pierogi z mięsem II diet. 260 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Botwinka lekka b/ml 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g
P							
Kolacja	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 Ser biały 80 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka piastowska 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 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 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 piastowska 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	niedziela		poniedziałek
	2026.06.27	2026.06.28	2026.06.29	2026.06.30	2026.06.21		2026.06.22
	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 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Polędwica sopocka 60 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka 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 20 g Masło 15 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Szyńka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II Ś						Mus truskawkowy 200 g	Wafle kukurydziane 3 szt
Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Kasza jęczmienna 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 170 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Szyńka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml Szyńka pieczona z jabłkami 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml
P						Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 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 Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka Maryny 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 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 15 g Szyńka piastowska 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 Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g		

poniedziałek		wtorek		środa		czwartek	
2026.06.22		2026.06.23		2026.06.24		2026.06.25	
Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Platki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
			Kisiel 200 ml		Mus jabłkowy 200 g		Mus jabłkowo-brzoskwiniowy 200 g
	Krem z dyni 300 ml Filet z kurczaka po tokańsku diet. 120 g Kasza kuskus 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 150 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa selerowa z łazankami b/ml 300 ml Gołąbek po hiszpańsku diet. 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml pierogi z mięsem II diet. 260 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml pierogi z mięsem II diet. 260 g Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Sos pietruszkowy 60 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Sos pietruszkowy 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml
			Arbuz 150 g		Truskawki 100 g		Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g Kielbasa szynkowa 20 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g	

	piątek		sobota		niedziela		poniedziałek
	2026.06.26		2026.06.27		2026.06.28		2026.06.29
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 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 Schab Benedykta 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Polędwica sopocka 60 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g 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	Biskvity 30 g		Wafle ryżowe 2 szt		Kisiel z jagodami 200 ml		Mus malinowy 200 g
Obiad	Botwinka lekka b/ml 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazylowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Botwinka lekka b/ml 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazylowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g
P	Truskawki 100 g		Banan 1 szt		Arbuz 150 g		Truskawki 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Bułka wrocławska 40 g Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	

	poniedziałek	wtorek	
	2026.06.29	2026.06.30	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II ś		Biszkopty 30 g	
Obiad	Zupa z młodego kalafiora z ziemniakami b/ml 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Truskawki 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Salata z sosem vinegret 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Kasza bulgur 170 g Salata z sosem vinegret 70 g Ratatouille lekkostrawne 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P		Jabłko 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g