

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026.07.21	2026.07.22	2026.07.23	2026.07.24	2026.07.25	2026.07.26	2026.07.27
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 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	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki 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 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	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Poledwica 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
II Ś	Budyń 200 ml	Mus jabłkowy 150 g	Jogurt naturalny 1 szt	Biszkopty 30 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Kisiel z wiśniami 200 ml	Jogurt owocowy 1 szt
Obiad	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Mizeria 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy (smażony) 100 g Ziemniaki 170 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 100 g Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 170 g Ogórek małosolny 70 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml	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 szczawiowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana 170 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietaną 70 g Kompot owocowy 200 ml
P	Arbuz 200 g	Morele 2 szt	Nektarynka 1 szt	Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Arbuz 200 g	Brzoskwinia 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Poledwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 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 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 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	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
Pn							

	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek
	2026.07.28	2026.07.29	2026.07.30	2026.07.31	2026.07.21	2026.07.22	2026.07.23
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	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 Salata 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 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	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 Salata 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 Paszтет z pieca 50 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 Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Kruche ciastka 60 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Jogurt naturalny 1 szt	Mini muffiny 2 szt			
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron spaghetti 170 g Surówka czerwony collesław 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Surówka kopenhaska 70 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kartoflanka śląska 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 300 ml Gołąbek po hiszpańsku 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Buraczki 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Mizeria 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy (smażony) 100 g Ziemniaki 170 g Kapusta młoda zasmażana z pomidorami pelati 70 g Brokuly 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt
P	Morele 2 szt	Nektarynka 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Jabłko 1 szt			
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 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 60 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 Hummus z pesto rosso 60 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 Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 90 g Salata 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 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 Tyrolska 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026.07.24	2026.07.25	2026.07.26	2026.07.27	2026.07.28	2026.07.29	2026.07.30
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	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 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 pszenney 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 pszenney 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 pszenney 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	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenney 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	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 100 g Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 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 Jabłko 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 200 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietana 70 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron spaghetti 170 g Surówka czerwony collesław 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Filet z indyka w sezamie (smażony) 100 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Surówka kopenhaska 70 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g
P							
Kolacja	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 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 pszenney 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 pszenney 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 pszenney 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 pszenney 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Kiełbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słończnikiem 60 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Ser biały 50 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenney 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g

	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026.07.31	2026.07.21	2026.07.22	2026.07.23	2026.07.24	2026.07.25	2026.07.26
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	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	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 Salata 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 Paszтет z pieca 50 g Pomidor 70 g Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa kartoflanka śląska 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 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 200 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Brokuly 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Dorsz pieczony soute 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 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 Jabłko 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 200 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 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 Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt owocowy 150g 1 szt	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	środa	czwartek	piątek	wtorek	środa
	2026.07.27	2026.07.28	2026.07.29	2026.07.30	2026.07.31	2026.07.21	2026.07.22
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	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	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	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynka 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	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Ser biały 60 g Pieczeń wiekańska 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 Paszet z pieca 50 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt
II Ś						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
Obiad	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300 ml Udźki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Sałata z jogurtem greckim 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Botwinka lekka 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g Jarzynki po grecku 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa letnia dyniowo-batatowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml Gołąbek po hiszpańsku z ryżem brązowym 100 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 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 Kasza bulgur 170 g Mizéria 70 g Kalafor 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P						Jabłko 1 szt	Morele 2 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 Polędwica drobiowa 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 Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i koperkiem 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 Kielbasa szynkowa 20 g Sałata brokułowa z kurczakiem lekka 60 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 Hummus z pesto rosso 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Polędwica 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
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		

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.07.23	2026.07.24	2026.07.25	2026.07.26	2026.07.27	2026.07.28	2026.07.29
	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 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	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	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	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
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka piastowska 20 g Ogórek 30 g	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	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g
Obiad	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 pomidorami pelati 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 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 z soczewicy czerwonej 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 Pałki 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 szczawiowa z ziemniakami 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana 170 g Surówka z pomidora z cebulą i śmietaną 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 150 g Makaron spaghetti pełnoziarnisty 170 g Surówka czerwony collesław b/c 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa fasolowa z botwiną i młodymi ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P	Nektarynka 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt	Brzoskwinia 1 szt	Morele 2 szt	Nektarynka 1 szt
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	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 Pomidor 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 razowy 100 g Masło 15 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn							

	czwartek	piątek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026.07.30	2026.07.31	2026.07.21	2026.07.22	2026.07.23	2026.07.24	2026.07.25
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szyńka 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	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Ser biały 60 g Pieczeń wieńska 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 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 Szyńka 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 Szyńka biała z indyka Łukosz 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szyńka bankietowa 20 g Papryka 20 g					
Obiad	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Ryż brązowy 170 g Brukselka 80 g Surówka kopenhaska 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa kartoflanka śląska 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 80 g Surówka z kapusty kiszonej młodej b/c 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łązankami 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 200 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 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 Banan 1 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Kasza jęczmienna 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt					
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Ogórek 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 120 g Masło 15 g Hummus z pesto rosso 60 g Szyńka zielonogórska 20 g Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	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 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szyńka 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 Szyńka zielonogórska 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

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	wtorek
	2026.07.26	2026.07.27	2026.07.28	2026.07.29	2026.07.30	2026.07.31	2026.07.21
	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 substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Śniadanie	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	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	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	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
II Ś							
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Botwinka lekka b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa letnia dyniowo-batatowa 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 200 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g
P							
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 20 g Masło 15 g Szynka 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 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 Kielbasa 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 Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	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	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026.07.22	2026.07.23	2026.07.24	2026.07.25	2026.07.26	2026.07.27	2026.07.28
	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	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 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	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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Szynka 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 Połędwica 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	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
II Ś							
Obiad	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Kalaflor 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 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 Banan 1 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 100 g Kasza jęczmienna 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 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 200 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt
P							
Kolacja	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 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt 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 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 Szynka 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 Połędwica drobiowa 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 Połędwica 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

	środa	czwartek	piątek	wtorek		środa	
	2026.07.29	2026.07.30	2026.07.31	2026.07.21		2026.07.22	
	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 L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	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	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 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	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					Kisiel 200 ml		Mus jabłkowy 150 g
Obiad	Botwinka lekka b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa letnia dyniowo-batałowa 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 200 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g	Zupa letnia dyniowo-batałowa 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 Kartacze z mięsem diet. 3 szt Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Kalafior 150 g Kompot owocowy 200 ml
P					Arbuz 200 g		Morele 2 szt
Kolacja	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 Kielbasa 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 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata 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 Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 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 Polędwica sopocka 20 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g	

czwartek		piątek		sobota		niedziela
2026.07.23		2026.07.24		2026.07.25		2026.07.26
Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka od górali 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 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	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
		Sok owocowy bez cukru 1 szt		Biszkopty 30 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Kisiel z wiśniami 200 ml
Obiad	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 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 Banan 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami 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	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 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 z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 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 Jabłko 1 szt
P		Nektarynka 1 szt		Banan 1 szt	Jabłko 1 szt	Arbuz 200 g
Kolacja	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Tyrolska 20 g Pasta drobiowo warzywna 60 g Pomidor 90 g Sałata 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 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 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
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	

	niedziela	poniedziałek		wtorek		środa	
	2026.07.26	2026.07.27		2026.07.28		2026.07.29	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	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	Platki 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	Platki 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	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Platki 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	Platki 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
II Ś			Mus truskawkowo-bananowy 150 g	Biszkopty 30 g		Kisiel z jabłkiem 200 ml	
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 200 g	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa szpinakowa z ziemniakami b/ml 300 ml Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 100 g Sos majerankowy 60 g Kasza gryczana biała 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 150 g Makaron spaghetti 170 g Sałata z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z bazylią 80 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt	Botwinka lekka b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml	Botwinka lekka b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 80 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt
P			Brzoskwinia 1 szt	Morele 2 szt		Nektarynka 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Plat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 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	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 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 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
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 20 g			Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g

	czwartek		piątek	
	2026.07.30		2026.07.31	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 70 g Salata 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 Salata 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 Salata 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 Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Mus truskawkowy 150 g		Wafle ryżowe 2 szt	
Obiad	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa zacierkowa 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Melon Kantalupe 150 g		Jabłko 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 120 g Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 100 g Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 90 g Salata 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 Szynka bankietowa 20 g