

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-07-01 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Żurek z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 206,7 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 289,9 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 62,3 Węglowodany ogółem [g] 355,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 291,3 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 360,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Żurek z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 223,7 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 323,8 Błonnik pokarmowy [g] 49

2026-07-01 środa	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,1 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Twarożek 100 g (7-MLE) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Truskawki 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229,1 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 359,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,6
	Płaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 001 Białko ogółem [g] 51,9 Tłuszcz [g] 37,1 Węglowodany ogółem [g] 377,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Płaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 110,4 Białko ogółem [g] 58,4 Tłuszcz [g] 44,9 Węglowodany ogółem [g] 380,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5

2026-07-02 czwartek

Pięsaczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 117,2 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 286,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
Pięsaczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 245,2 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 305,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
Pięsaczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g (9-SEL) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopočka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,1 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 304,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
Pięsaczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 120 g (1-GLU, 7-MLE) Ryż brązowy 170 g Brukselka 80 g Ogórek małosolny 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 80 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 90 g Salata 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 325,5 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 301 Błonnik pokarmowy [g] 54

2026-07-02 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 129,6 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żółdkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 129,6 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g (9-SEL) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g (3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 990,1 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 298,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 100 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z selera z olejem diet. 70 g (9-SEL) Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 80 g (3-JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 079 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 300,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026-07-03 piątek	Plaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 134,9 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 299,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	
	Plaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 234,1 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Plaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzynna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany waniliowy 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 240 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1

2026-07-03 piątek	Płateczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 70 g Kompot rabarbarowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Serek homogenizowany natur kg 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 256,4 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 306,8 Błonnik pokarmowy [g] 55,3	
	Płateczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,1 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Płateczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 194,1 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 334,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

2026-07-03 piątek	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 100 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 909,1 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 302,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6	
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot rabarbarowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,3 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
2026-07-04 sobota	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 184,4 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,7	
	Piaszczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z cebulką (smażony) 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 396,8 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 319,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaszczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszytk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 311,2 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6

2026-07-04 sobota

Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 308,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek wiejski 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 213,4 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 259,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,1

2026-07-04 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,6 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 330,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,1	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynkowa extra 60 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Befszyk wieprzowy z pieca 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 130 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,9 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Błonnik pokarmowy [g] 28
2026-07-05 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (9-SEL) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 191,5 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 83,1 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 70 g (9-SEL) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 292 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,2 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

2026-07-05 niedziela

Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza orkiszowa 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 70 g (9-SEL) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 369,1 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 104,4 Węglowodany ogółem [g] 268,7 Błonnik pokarmowy [g] 52,4
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,3 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 290 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem wyzwalających substancji pobudzających soku żołądkowego	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 200,3 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 290 Błonnik pokarmowy [g] 28,7

2026-07-05 niedziela	Placeczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,8 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 280,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Placeczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 60 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 150 g Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g (1-GLU)
2026-07-06 poniedziałek	Placeczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 403,1 Białko ogółem [g] 84,5 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 355,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Placeczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Salata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)

2026-07-06 poniedziałek	Pięseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Tyralska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 492,8 Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 85,8 Węglowodany ogółem [g] 354,7 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Tyralska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Ryż brązowy 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek małosolny 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 431,6 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 329,2 Błonnik pokarmowy [g] 59,2
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Plat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,5 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2026-07-06 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab parowany 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 362,5 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 347,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 218,8 Białko ogółem [g] 74,5 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 100 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Marchewka talarki z natką 80 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 70 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pasta z ciecierzycy z awokado diet. 60 g Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,7 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 342 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026-07-07 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt (7-MLE)	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 218,1 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,5	
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt		Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 330,4 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 328,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekkimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 339,5 Białko ogółem [g] 93,1 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 348,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Ser żółty 40 g (7-MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami z młodej kiszzonej kapusty 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekkimi 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 387,3 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 53,9

2026-07-07 wtorek	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 316 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 316 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 67 Węglowodany ogółem [g] 348,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Płaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (11-SEZ) Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 012,8 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 54,2 Węglowodany ogółem [g] 315,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1

2026-07-07 wtorek	Piasieczno L Bezmieczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 100 g (1-GLU) Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Sałata lodowa z sosem vinegret 70 g Ćukinia pieczona z oliwą z oliwek 80 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło roślinne 15 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 219 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 342 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piasieczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Carpaccio z buraczków 70 g (8-OWL, 11-SEZ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 333,9 Białko ogółem [g] 95,5 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 325 Błonnik pokarmowy [g] 25,9
	Piasieczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Carpaccio z buraczków 70 g (8-OWL, 11-SEZ) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 486,8 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 327,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
2026-07-08 środa	Piasieczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 449,6 Białko ogółem [g] 112,5 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

2026-07-08 środa

Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Sałatka z buraka b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,8 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 272,8 Błonnik pokarmowy [g] 48,8
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,9 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,4
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 50 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 281,9 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 317,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,4

2026-07-08 środa	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jablkowy 200 g	Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,7 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Błonnik pokarmowy [g] 25	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Kluski śląskie 170 g (1-GLU, 3-JAJ) Brokuły 80 g Sałatka z buraka diet. 70 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 077,6 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 283,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,4
2026-07-09 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszetowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,2 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 99,2 Węglowodany ogółem [g] 284,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4	
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z fasolki szparagowej z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z kurczaka w płatkach kukurydzianych 100 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszetowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 449 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 103,5 Węglowodany ogółem [g] 309,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszetowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 150,5 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 282,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3

2026-07-09 czwartek

Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka wielowarzywna b/c 70 g Ratatouille 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 164,4 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 265,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,9
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,6 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem wydzielanie soku żołądkowego	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 094,6 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 282,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7

2026-07-09 czwartek	Piaszczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 976,3 Białko ogółem [g] 71,8 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 270,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 70 g (9-SEL) Ratatouille lekkostrawne 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)
2026-07-10 piątek	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 305,8 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 77,9 Węglowodany ogółem [g] 318,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaszczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)

2026-07-10 piątek	Płateczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 466,6 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 354,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Płateczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 100 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Papryka 20 g	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Dorsz parowany w sosie z botwinki ze startym jajkiem 120 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej młodej b/c 70 g Jarzynki po grecku 80 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 15 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 414,8 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 50,1
	Płateczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,5 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 375,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1

2026-07-10 piątek	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 40 g (1-GLU) Masło 15 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508,5 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 375,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1
	Pięseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 186,3 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 332,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	Pięseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony soute 100 g (1-GLU, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Makaron orzo 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 100 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 331,3 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 347,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,7

Oznaczenia alergenów:

- 1-GLU - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- 2-SKO - Skorupiaki i produkty pochodne,
- 3-JAJ - Jaja i produkty pochodne,
- 4-RYB - Ryby i produkty pochodne,
- 5-OZI - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- 6-SOJ - Soja i produkty pochodne,
- 7-MLE - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- 8-OWŁ - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- 9-SEL - Seler i produkty pochodne,
- 10-GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
- 11-SEZ - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- 12-S02 - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- 13-ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
- 14-MIĘ - Mięczaki i produkty pochodne,