

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026.08.21 piątek	Piasечно 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 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g (7-MLE, 8-OWL) Ogórek 40 g Sałata 10 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) Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 150 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 10 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 538,7 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 89,8 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piasечно Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g (7-MLE, 8-OWL) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz w cieście bazyliowym (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE) Ryż 170 g Surówka wielowarzywna 150 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 10 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 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) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 621,7 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 361,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piasечно Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z jabłkiem 60 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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 10 g (7-MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (3-JAJ, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 40 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) Połędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 435,3 Białko ogółem [g] 90,3 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 362 Błonnik pokarmowy [g] 26,8

2026.08.21 piątek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Plátky żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 60 g (7-MLE, 8-OWL) Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka wielowarzywna b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (3-JAJ) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,9 Białko ogółem [g] 84,8 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 283,9 Błonnik pokarmowy [g] 47,3
	Piaseczno 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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 10 g (7-MLE) Szynka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 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] 2 244,7 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,5	

2026.08.21 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) 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 10 g (7-MLE) Szynka piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 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] 2 244,7 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 354,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 153,8 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 345,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Dorsz pieczony soute 80 g (1-GLU, 4-RYB) Sos bazyliowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Jajko 1 szt (3-JAJ) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 40 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 Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 235,6 Białko ogółem [g] 78,2 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,8

2026.08.22 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 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy smażony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 401,1 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 351,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,8
	Piaszczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy smażony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,3 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 338,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,9
	Piaszczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 165,8 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,6

2026.08.22 sobota

Plasечно Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa grochowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 352,3 Białko ogółem [g] 87,6 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 305,4 Błonnik pokarmowy [g] 50,6
Plasечно Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 087,6 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3

2026.08.22 sobota	Piaszczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	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 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 087,6 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 71,4 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaszczno L. Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 973,6 Białko ogółem [g] 67,1 Tłuszcz [g] 65,7 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaszczno L. Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) 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) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 068,2 Białko ogółem [g] 72,9 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 298 Błonnik pokarmowy [g] 31,6

2026.08.23 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 040 Białko ogółem [g] 108,8 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 254,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt (10-GOR) Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 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 40 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 181,5 Białko ogółem [g] 121,1 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 261,5 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 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 40 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 163,5 Białko ogółem [g] 117,7 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 246,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser biały 40 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza orkiszowa 170 g Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 117,2 Białko ogółem [g] 110,5 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 230,4 Błonnik pokarmowy [g] 43,9

2026.08.23 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 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 40 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,1 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 246,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 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 40 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,1 Białko ogółem [g] 117,5 Tłuszcz [g] 95 Węglowodany ogółem [g] 246,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 797,1 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 78,1 Węglowodany ogółem [g] 213,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,3

2026.08.23 niedziela	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 903,2 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 218,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,7
	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Zacierka 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 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Łazanki z kapustą i mięsem 300 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 227,7 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 296,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaszczno Podstawowa	Zacierka 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 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Łazanki z kapustą i mięsem 300 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 208,7 Białko ogółem [g] 83,3 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 289,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,2

2026.08.24 poniedziałek	Pięseczno Lekkostrawna	Zacierka 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 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 239,9 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4
	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 40 g (7-MLE) Papryka 20 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Makaron pełnoziarnisty z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 285,8 Białko ogółem [g] 89,5 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 270,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,9
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 211,4 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 326,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2

2026.08.24 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Zacierka 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 211,4 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 66,7 Węglowodany ogółem [g] 326,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus mango z jabkiem 150 ml	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 919 Białko ogółem [g] 77,8 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 306,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,9
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Łazanki z mięsem i warzywami 300 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 031,4 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,1

2026.08.25 wtorek	Piaseczno 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 10 g (7- MLE) Ser biały 60 g (7- MLE) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (1- GLU , 3- JAJ , 7- MLE)	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1- GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 426,5 Białko ogółem [g] 87,8 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 373,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9	
	Piaseczno Podstawowa	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 10 g (7- MLE) Ser biały 60 g (7- MLE) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1- GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 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) Tyrolska 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 391,2 Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 360,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Piaseczno Lekkostrawna	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 10 g (7- MLE) Ser biały 60 g (7- MLE) Dżem 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pomidorowy 60 g (1- GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 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) Tyrolska 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 258,2 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 342,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

2026.08.25 wtorek

Pięsaczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 80 g (7-MLE) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos paprykowy b/c 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka czerwony collesław b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 186,3 Białko ogółem [g] 88,9 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,2
Pięsaczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 259,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

2026.08.25 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		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 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 259,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 972,5 Białko ogółem [g] 72,1 Tłuszcz [g] 50,3 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 049 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 54,9 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

2026.08.26 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 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 986,4 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 957,2 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i koperkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 770,6 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 259,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,5

2026.08.26 środa

Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,6
Piaseczno 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 657,6 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,2

2026.08.26 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 657,6 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 490,2 Białko ogółem [g] 46,1 Tłuszcz [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 40 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] 1 599,6 Białko ogółem [g] 52,6 Tłuszcz [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

2026.08.27 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 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 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 961,7 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 247,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,6
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 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 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 40 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 089,7 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 266 Błonnik pokarmowy [g] 23,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 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 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 40 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 838,9 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 258,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2026.08.27 czwartek

Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 937,7 Białko ogółem [g] 85,1 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 234 Błonnik pokarmowy [g] 39,1
Placeczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 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 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 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] 1 775,8 Białko ogółem [g] 73 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 257,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,1

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.25.9.2
Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_kolumnach.fr3

2026.08.28 piątek	Piaszczno 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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa kartoflanka ślaska 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytryno wy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 150 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 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 133,8 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4	
	Piaszczno Podstawowa	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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kartoflanka ślaska 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytryno wy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszonej 150 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 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 061,8 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 291,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytryno wy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 004,3 Białko ogółem [g] 75,1 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 31

2026.08.28 piątek	Pięcioro Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 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 kartoflanka ślaska 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 111,4 Białko ogółem [g] 70,8 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 268,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,1
	Pięcioro Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka koperkowo-cytrynowa b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)

2026.08.28 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 928,7 Białko ogółem [g] 73,4 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 836,8 Białko ogółem [g] 64,2 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 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] 1 932,5 Białko ogółem [g] 69,2 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 34,5

2026.08.29 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 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 119,8 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 281,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,1	
	Piaszczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 202,5 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 297 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaszczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 203,2 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 296,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2026.08.29 sobota

Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 839,7 Białko ogółem [g] 68,4 Tłuszcz [g] 75,7 Węglowodany ogółem [g] 220,9 Błonnik pokarmowy [g] 39,6
Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 001,3 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 280 Błonnik pokarmowy [g] 22,1

2026.08.29 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	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 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 001,3 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 280 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 920 Białko ogółem [g] 58,7 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 278 Błonnik pokarmowy [g] 25,2
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 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] 1 965 Białko ogółem [g] 66,2 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 270,2 Błonnik pokarmowy [g] 24,6

2026.08.30 niedziela

Piaseczno	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 995,9 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 257,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Śliwki 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 1 961,4 Białko ogółem [g] 73,8 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 244,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 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 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 1 964,1 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 244,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,7
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 150 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 150 g	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 044,6 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 240,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,2

2026.08.30 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 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 130 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 908,2 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 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 130 g Ziemniaki 170 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 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 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 908,2 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 742 Białko ogółem [g] 62,8 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 231,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1

2026.08.30 niedziela	Piasieczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 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 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 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)	Wartość energetyczna[kcal] 1 852,3 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 237,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
	Piasieczno 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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Morele 2 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 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 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 216,1 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 71 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,3
	Piasieczno Podstawowa	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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 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 40 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] 2 297,3 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 325,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,4
	Piasieczno Lekkostrawna	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 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 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] 2 207,2 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 306,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,9

2026.08.31 poniedziałek	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 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) Pomidor 20 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 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 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 154,1 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 284,1 Błonnik pokarmowy [g] 49,3
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 10 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab parowany 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 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)

2026.08.31 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	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 10 g (7-MLE) Poledwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Schab parowany 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 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] 2 152,1 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 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) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 980,6 Białko ogółem [g] 70 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 290,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Karkówka faszerowana szpinakiem i suszonymi pomidorami 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana biała 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) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Salata 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] 2 060,5 Białko ogółem [g] 75,1 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 294,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,5

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,