

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026.08.11 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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Barszcz ukraiński 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Leczo z kielbasą 150 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 065,7 Białko ogółem [g] 80,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
	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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Leczo z kielbasą 150 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 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 od górali 40 g 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 żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 217,3 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 308,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,9
	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) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Leczo lekkostrawne 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 od górali 40 g 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 143,5 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 295,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,1

2026.08.11 wtorek	Piaseczno 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) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 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 żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Barszcz ukraiński 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Leczo z kielbasą 150 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki 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) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 064,3 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 264,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,8
	Piaseczno 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Leczo lekkostrawne 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 od górali 40 g 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)

2026.08.11 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Leczo lekkostrawne 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 od górali 40 g 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 144,7 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 73 Węglowodany ogółem [g] 295,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,8
	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 Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Barszcz ukraiński diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Leczo lekkostrawne 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 825 Białko ogółem [g] 70,7 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 273 Błonnik pokarmowy [g] 35,3
	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 Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Leczo lekkostrawne 150 g Kasza orkiszowa 170 g Mieszanka warzyw gotowanych lekka 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 od górali 40 g 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 Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 1 937 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 280,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,3

2026.08.12 środa	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 150 g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 075,9 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 296,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,7	
	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 973,1 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 63,3 Węglowodany ogółem [g] 263,3 Błonnik pokarmowy [g] 16,8
	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 042,2 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 289,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,7

2026.08.12 środa

Placeczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki 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 Maryny 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) Łopatka z pietruszką 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa z ciecierzycy 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	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 998,9 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 245 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
Placeczno 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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 1 890,1 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,6

2026.08.12 środa	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) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pierogi z serem II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) 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) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 890,1 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,6
	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 10 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 150 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 737,5 Białko ogółem [g] 44,9 Tłuszcz [g] 32,3 Węglowodany ogółem [g] 328,7 Błonnik pokarmowy [g] 20
	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 10 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Knedle z nadzieniem z moreli 240 g Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 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 Łopatka z pietruszką 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 758,9 Białko ogółem [g] 50,5 Tłuszcz [g] 36,4 Węglowodany ogółem [g] 315,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8

2026.08.13 czwartek	Piaseczno 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 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 80 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (3-JAJ) 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 207,1 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 314,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4	
	Piaseczno 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 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 80 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (3-JAJ) 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) Paszтетowa drobiowa 50 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 327,6 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 319,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8
	Piaseczno Lekkostrawna	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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 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 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 387,5 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 92,2 Węglowodany ogółem [g] 316,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

2026.08.13 czwartek

Plasecznie 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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 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 ogórkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 210,3 Białko ogółem [g] 78,4 Tłuszcz [g] 88,2 Węglowodany ogółem [g] 276,4 Błonnik pokarmowy [g] 42,6
Plasecznie 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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 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 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] 2 361 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 316,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1

2026.08.13 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 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 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 361 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 316,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) 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		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 030,7 Białko ogółem [g] 66,7 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 295 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	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 Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 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] 2 150 Białko ogółem [g] 73,3 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7

2026.08.14 piątek	Piaseczno 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 bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna w płatkach kukurydźnianych (smażona) 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 313 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 311,9 Błonnik pokarmowy [g] 23
	Piaseczno 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 bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna w płatkach kukurydźnianych (smażona) 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej młodej 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 198,6 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 287,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,5
	Piaseczno 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 koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 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) Pasta jajeczna z natką diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 072,6 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 274,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,1

2026.08.14 piątek

2026.08.14 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie 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) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 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) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 937,6 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
	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 bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 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 Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 911,1 Białko ogółem [g] 67,9 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 276,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	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 bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 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 Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 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 Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 017,7 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 70,9 Węglowodany ogółem [g] 281,9 Błonnik pokarmowy [g] 28

2026.08.15 sobota

Piaseczno 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 od górali 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-marchewkowy 150 g	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 282,9 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 84,2 Węglowodany ogółem [g] 316,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
Piaseczno 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 od górali 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 352 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,5
Piaseczno 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 389,4 Białko ogółem [g] 88,6 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
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) Szynka od górali 40 g Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa pejzanka z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 187,3 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 262,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,4

2026.08.15 sobota

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) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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] 2 249,1 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żółdkowego	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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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] 2 249,1 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 308,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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 Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 120,2 Białko ogółem [g] 72,6 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

2026.08.15 sobota	Piaszczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szyńka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jaglany z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Klopsik z indyka z oliwkami 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 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 Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 165,2 Białko ogółem [g] 80,1 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 294 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaszczno 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) 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	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 026,8 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 241,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Piaszczno 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) 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		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka z groszkiem 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 026,8 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 241,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Piaszczno 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) 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		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Cukier 10 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 907,8 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 240,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

2026.08.16 niedziela

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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Kasza orkiszowa 170 g Brukselka 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) Ser żółty 40 g (7-MLE) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 955,5 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 217,8 Błonnik pokarmowy [g] 46
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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 909,1 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 240,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,1

2026.08.16 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 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) Ser biały 80 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 909,1 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 72,4 Węglowodany ogółem [g] 240,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,1
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	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	Mus truskawkowy 150 g	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 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] 1 616,6 Białko ogółem [g] 61,5 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 222,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,3
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	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		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 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 Cukier 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 721,8 Białko ogółem [g] 68 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 229,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,3

2026.08.17 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż 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 z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa chrzanowo-ziemniaczana z pesto 300 ml (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 9-SEL, 11-SEZ) Stek z karkówki z cebulką 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 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) Pasta z tuńczyka diet. 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 2 153,9 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 300,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Podstawowa	Ryż 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 z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa chrzanowo-ziemniaczana z pesto 300 ml (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 9-SEL, 11-SEZ) Stek z karkówki z cebulką 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem 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) Pasta z tuńczyka diet. 60 g (4-RYB, 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 drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 244,1 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 79,3 Węglowodany ogółem [g] 305,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Ryż 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 z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Stek z karkówki diet. 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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) Pasta z tuńczyka diet. 60 g (4-RYB, 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 drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 2 160 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 70,5 Węglowodany ogółem [g] 297,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

2026.08.17 poniedziałek

Plasечно Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ryż brązowy na mleku 250 g (7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa chrzanowo-ziemniaczana z pesto 300 ml (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 9-SEL, 11-SEZ) Stek z karkówki z cebulką 80 g (1-GLU) Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Surówka z jarzyn mieszanych z olejem b/c 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) Pasta z tuńczyka diet. 60 g (4-RYB, 7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 006,4 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 252,8 Błonnik pokarmowy [g] 43,3
Plasечно Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Ryż 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 z kotła Gustavus 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) Stek schabowy diet. 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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 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 drobiowa 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] 2 032,8 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

2026.08.17 poniedziałek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Ryż 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 z kotła Gustavus 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) Stek schabowy diet. 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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 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 drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 032,8 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż na wodzie 250 ml 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	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Stek z karkówki diet. 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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 piastowska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 861,7 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż na wodzie 250 ml 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		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Stek z karkówki diet. 80 g (1-GLU) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Kasza kuskus 170 g (1-GLU) Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 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 Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 986,8 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 289 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2026.08.18 wtorek	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) Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Budyń 200 ml (1-GLU, 6-SOJ, 7-MLE, 10-GOR, 11-SEZ, 12-S02)	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Surówka czerwony collesław 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 067,3 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 278,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,6	
	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) Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Surówka czerwony collesław 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 899,9 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 248,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,6
	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) Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 857,5 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 240,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8

2026.08.18 wtorek	Pięsaczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OŻI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OŻI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 831,2 Białko ogółem [g] 68,1 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 240,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	Pięsaczno 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) Pieczeń wiedeńska 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa letnia dyniowo-batatowa z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka czerwony colleslaw 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) Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 065,5 Białko ogółem [g] 67,7 Tłuszcz [g] 80 Węglowodany ogółem [g] 274,9 Błonnik pokarmowy [g] 48,8

2026.08.18 wtorek	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) Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 831,2 Białko ogółem [g] 68,1 Tłuszcz [g] 70,8 Węglowodany ogółem [g] 240,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,8
	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 Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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 Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 718,5 Białko ogółem [g] 56,4 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 247,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1
	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 Pieczeń wiedeńska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa letnia dyniowo-batatowa z łazankami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Udziki z kurczaka pieczone z jabłkami 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka talarki z natką 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 Polędwica 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 Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 825,8 Białko ogółem [g] 63,9 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 253,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,8

2026.08.19 środa	Piaszczno 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Mizeria 150 g (7-MLE) 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 155,8 Białko ogółem [g] 68,9 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 332,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1	
	Piaszczno 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 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Mizeria 150 g (7-MLE) 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) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 202 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 324,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaszczno Lekkostrawna	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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g (13-LUB) Kielbasa szynkowa 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 317,4 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,3

2026.08.19 środa

Plaśeczno 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 tostowa drobiowa Drobimex 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) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa meksykańska z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos rozmarynowy 60 g (1-GLU) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Mizeria 150 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Morele 2 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasta z zielonego groszku i sera żółtego 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 022,4 Białko ogółem [g] 82,4 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 261,2 Błonnik pokarmowy [g] 44,3	
Plaśeczno 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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,9 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,5

2026.08.19 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego							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 tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) 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) 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) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,9 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 64,5 Węglowodany ogółem [g] 344,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus jabłkowy 150 g		Morele 2 szt				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) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g (13-ŁUB) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 164,1 Białko ogółem [g] 64,2 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 391,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,5
	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) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa ziemniaczanka z pomidorami pelati 300 ml (9-SEL) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ) Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Morele 2 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g (13-ŁUB) Kielbasa szynkowa 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 Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 209,1 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 383,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2026.08.20 czwartek	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) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Sznycel wieprzowy smażony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 150 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 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 941 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 236 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	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) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Sznycel wieprzowy smażony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Kapusta kiszona zasmażana 150 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 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 941 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 236 Błonnik pokarmowy [g] 21,7
	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) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Sznycel wieprzowy pieczony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 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 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 898,3 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 237,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka piastowska 20 g (1-GLU) Ogórek 30 g	Zupa ryżanka z natką pietruszki (ryż brązowy) 300 ml (9-SEL) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pietruszkowy 60 g (1-GLU) Kasza gryczana 170 g Kapusta kiszona zasmażana 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Rzodkiewka 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 023,2 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 232 Błonnik pokarmowy [g] 41,7

2026.08.20 czwartek	Piaseczno 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) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem 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) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
	Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Sok owocowy bez cukru 1 szt						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 od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
			Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL)					Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
								Wartość energetyczna[kcal] 1 899,9 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 238,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
			Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL)					Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
								Wartość energetyczna[kcal] 1 899,9 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 74,4 Węglowodany ogółem [g] 238,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,2
			Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL)	Nektarynka 1 szt				Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
								Wartość energetyczna[kcal] 1 732 Białko ogółem [g] 69,3 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 228,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,7

2026.08.20 czwartek	Placeczno L Bezmieczna 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Sznyceł wieprzowy pieczony 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 20 g (1-GLU) Pasta drobiowo warzywna 60 g (9-SEL) 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 piastowska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 874,1 Białko ogółem [g] 76,5 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 244,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
---------------------	----------------------------	--	--	---	--	---	--	--

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,