

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-09-21	2026-09-22	2026-09-23	2026-09-24	2026-09-25	2026-09-26	2026-09-27
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Jogurt owocowy 1 szt	Herbatniki 50 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml	Jogurt naturalny 1 szt	Mini muffiny 2 szt	Kefir 1 szt	Wafle ryżowe 2 szt
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 130 g Makaron kokardki 170 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Winogrona 100 g	Pomarańcza 1 szt	Śliwki 130 g	Melon Kantalupe 150 g	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt	Śliwki 150 g
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-turńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Hummus z pesto rosso 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn							

	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-09-28	2026-09-29	2026-09-30	2026-09-21	2026-09-22	2026-09-23	2026-09-24
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
	Biskvity 30 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt	Mus jabłkowy 150 g				
II Ś							
Obiad	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Rolada schabowa ze słiwką 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 130 g Makaron kokardki 170 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g
P	Pomarańcza 1 szt	Arbuz 150 g	Winogrona 100 g				
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smałczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 20 g Pasta z makreli 60 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn				Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek
	2026-09-25	2026-09-26	2026-09-27	2026-09-28	2026-09-29	2026-09-30	2026-09-21
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 150 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Rolada schabowa ze sliwką 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos chrzanowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g Makaron kokardki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Hummus z pesto rosso 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 20 g Pasta z makreli 60 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-09-22	2026-09-23	2026-09-24	2026-09-25	2026-09-26	2026-09-27	2026-09-28
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos pomidorowy 60 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos koperkowy 60 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i koperkiem 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Kielbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Hummus z pesto rosso 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g

	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026-09-29	2026-09-30	2026-09-21	2026-09-22	2026-09-23	2026-09-24	2026-09-25
	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Lekkostrawna	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser biały 80 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Szynka konserwowa 20 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt
II Ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek homogenizowany z natką pietruszki 40 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka bankietowa 20 g Papryka 20 g
Obiad	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki 130 g Makaron razowy 170 g Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 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	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Sos pomidorowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka kopenhaska 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Brzoskwinia 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Śliwki 130 g	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 20 g Pasta z makreli 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka Maryny 20 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pasta twarogowo-tuńczykowa z selerem i szczypiorkiem 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Kiełbasa szynkowa 20 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Hummus z pesto rosso 60 g Szynka zielonogórska 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g					

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek	wtorek
	2026-09-26	2026-09-27	2026-09-28	2026-09-29	2026-09-30	2026-09-21	2026-09-22
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Południca drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowa z warzywami 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynkowa 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 20 g		
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Kasza gryczana biała 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml Rolada schabowa ze sliwką 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa dyniowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos chrzanowy 60 g Kasza orkiszowa 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekkiej 130 g Makaron kokardki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos pomidorowy 60 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt
P	Gruszka 1 szt	Śliwki 150 g	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Nektarynka 1 szt		
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 20 g Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Południca sopocka 40 g Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Południca drobiowa 20 g Pasta z makreli 60 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Południca drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn						Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026-09-23	2026-09-24	2026-09-25	2026-09-26	2026-09-27	2026-09-28	2026-09-29
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jesienna z warzywami i ziemniakami lekka b/ml 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt

	środa	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026-09-30	2026-09-21	2026-09-22	2026-09-23	2026-09-24	2026-09-25	2026-09-26
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Ser biały 60 g Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Platki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Tyrolska 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g Makaron kokardki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jesienna z warzywami i ziemniakami lekka b/ml 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka Maryny 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Kielbasa szynkowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Tyrolska 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Polędwica sopocka 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	poniedziałek		wtorek
	2026-09-27	2026-09-28	2026-09-29	2026-09-30	2026-09-21		2026-09-22
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś					Mus mango z jabłkiem 150 ml		Biszkopty 30 g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml 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	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g Makaron kokardki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g Makaron kokardki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos pomidorowy 60 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml
P					Brzoskwinia 1 szt		Pomarańcza 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 20 g	

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-09-21 do dnia 2026-09-30 KUCHNIA GŁÓWNA

wtorek		środa		czwartek		piątek	
2026-09-22		2026-09-23		2026-09-24		2026-09-25	
Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.
Śniadanie	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g Seler naciowy słupki 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g Seler naciowy słupki 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki żytnie na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
		Kisiel z jabłkiem 200 ml		Mus truskawkowy 150 g		Wafle ryżowe 2 szt	
II Ś							
Obiad	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g Sos pomidorowy 60 g Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 80 g Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P		Nektarynka 1 szt		Melon Kantalupe 150 g		Jabłko 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Kielbasa szynkowa 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 60 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Kielbasa szynkowa 20 g Salatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 60 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g

	sobota		niedziela		poniedziałek		wtorek
	2026-09-26		2026-09-27		2026-09-28		2026-09-29
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Mus jabłkowy 150 g			Wafle kukurydziane 2 szt	Biszkopty 30 g		Kisiel 200 ml
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Banan 1 szt			Jabłko 1 szt	Pomarańcza 1 szt		Arbuz 150 g
Kolacja	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 80 g Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenney 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	Chleb pszenney 50 g Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g			Chleb pszenney 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g	

	wtorek	środa	
	2026-09-29	2026-09-30	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Rolada z kurczakiem Duda 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś			Mus jabłkowy 150 g
Obiad	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml Bitka z kurczaka 80 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml
P			Nektarynka 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło roślinne 10 g Polędwica sopocka 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	