

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-09-21, poniedziałek	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 tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (7-MLE)	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 333,6 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 330,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,1
	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 tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,6 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,8
	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 natką pietruszki 60 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 229 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Serek homogenizowany z natką pietruszki 40 g (7-MLE) Papryka 20 g	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka kiszzonego b/cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 20 g (1-GLU) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ, 13-LUB) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,4 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 293,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,5

2026-09-21 poniedziałek	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenney 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 krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenney 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 303,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żółdkowego	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenney 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 krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenney 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 007,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 303,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Płaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenney 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus mango z jabłkiem 150 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Brzoskwinia 1 szt	Chleb pszenney 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 908,1 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 44,1 Węglowodany ogółem [g] 312,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Płaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenney 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Gulasz wieprzowy z szynki lekki 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron kokardki 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Brzoskwinia 1 szt		Chleb pszenney 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenney 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Poledwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 020,5 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Błonnik pokarmowy [g] 30

2026-09-22 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 448,8 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 384,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,2	
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos paprykowy 60 g Ryż 170 g Surówka czerwony collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 413,5 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 371,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 323,6 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 370 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	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) Ser biały 80 g (7-MLE) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa szczawiowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos paprykowy b/c 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka czerwony collesław b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,6 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 68,7 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Błonnik pokarmowy [g] 53,5

2026-09-22 wtorek	Piecaczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 324,9 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 370,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Piecaczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żółdkowego		Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser biały 60 g (7-MLE) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt Sos pomidorowy 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 324,9 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 370,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Piecaczno L Bezmleczna Dzieci	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	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 lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 037,9 Białko ogółem [g] 72,2 Tłuszcz [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 343,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,7
	Piecaczno L Bezmleczna 4p.		Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Kieszonki drobiowe ze szpinakiem i suszonymi pomidorami z pieca 80 g (1-GLU) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		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 lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 114,4 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 51,3 Węglowodany ogółem [g] 347,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2026-09-23 środa

Piecaczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-tuńczyko wa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 986,4 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 313,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
Piecaczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-tuńczyko wa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957,2 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 297,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
Piecaczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-tuńczyko wa z selerem i koperkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 770,6 Białko ogółem [g] 74,7 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 259,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,5
Piecaczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z ziołami 60 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g 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 fasolowa z ziemniakami 300 ml (9-SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawko wy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo-tuńczyko wa z selerem i szczypiorkiem 60 g (3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 83,9 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 288,6 Błonnik pokarmowy [g] 41,6

2026-09-23 środa	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 657,6 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,2
	Płaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żółdkowego	Kasza jaglana na wodzie 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 657,6 Białko ogółem [g] 67,2 Tłuszcz [g] 58,9 Węglowodany ogółem [g] 254,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,2
	Płaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (11-SEZ)	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 490,2 Białko ogółem [g] 46,1 Tłuszcz [g] 36,9 Węglowodany ogółem [g] 283,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6
	Płaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (1-GLU) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Nektarynka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 599,6 Białko ogółem [g] 52,6 Tłuszcz [g] 44,7 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 21,7

2026-09-24 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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 882,3 Białko ogółem [g] 83,1 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 256,8 Błonnik pokarmowy [g] 25
	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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ) Ziemniaki 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 010,3 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 60 g (3-JAJ, 7-MLE) 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) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 935,5 Białko ogółem [g] 85,3 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 283,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka kopenhaska 150 g (7-MLE, 10-GOR) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,8 Białko ogółem [g] 82,1 Tłuszcz [g] 58,3 Węglowodany ogółem [g] 268,9 Błonnik pokarmowy [g] 46,4

2026-09-24 czwartek	Plasечно Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1- GLU , 7- MLE) Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9- SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło 5 g (7- MLE) Polędwica sopočka 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 864,5 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 284,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Plasечно Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1- GLU , 7- MLE) Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9- SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Kielbasa szynkowa 40 g (1- GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło 5 g (7- MLE) Polędwica sopočka 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 864,5 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 284,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2
	Plasечно L Bezmleczna Dzieci	Platki jęczmienne na wodzie 250 g (1- GLU) Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9- SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1- GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 10 g Kielbasa szynkowa 20 g (1- GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 60 g (3- JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 674,4 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 44,5 Węglowodany ogółem [g] 262,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,3

2026-09-24 czwartek	Piaseczno L Bezmieczna 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 biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jesienna z warzywami, kaszą gryczaną i ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Filet z indyka pieczony 80 g Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Kielbasa szynkowa 20 g (1-GLU) Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka b/ml 60 g (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 Polędwica sopocka 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 787,8 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 270,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 150,8 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 302 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 078,8 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
2026-09-25 piątek	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 004,3 Białko ogółem [g] 75,1 Tłuszcz [g] 58,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 31

2026-09-25 piątek

Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Zupa cygańska z ziemniakami 300 g (1-GLU, 9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (1-GLU, 7-MLE) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Hummus z pesto rosso 60 g (7-MLE, 8-OWL) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 108,2 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 269,2 Błonnik pokarmowy [g] 47,4
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 928,7 Białko ogółem [g] 73,4 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 928,7 Białko ogółem [g] 73,4 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 293,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

2026-09-25 piątek	Piasieczno L Bezmleczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 836,8 Białko ogółem [g] 64,2 Tłuszcz [g] 46,4 Węglowodany ogółem [g] 300,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6	
	Piasieczno L Bezmleczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (9-SEL) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 932,5 Białko ogółem [g] 69,2 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 34,5
2026-09-26 sobota	Piasieczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 983,6 Białko ogółem [g] 75,6 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 279,3 Błonnik pokarmowy [g] 24	
	Piasieczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,3 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Piasieczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,5 Białko ogółem [g] 76,6 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 303,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2026-09-26 sobota

Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Kasza pęczak owsiany 170 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 953,7 Białko ogółem [g] 69,3 Tłuszcz [g] 75,8 Węglowodany ogółem [g] 250,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,8
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,7 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,3
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem wydzielanie soku żołądkowego	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynkowa extra 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1-GLU, 9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 014,7 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 296,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,3

2026-09-26 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g (1- <i>GLU</i> , 6- <i>SOJ</i> , 10- <i>GOR</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1- <i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 823,3 Białko ogółem [g] 60,5 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 284,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,5
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 40 g (1- <i>GLU</i> , 6- <i>SOJ</i> , 10- <i>GOR</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa szpinakowa z ryżem b/ml 300 ml (9- <i>SEL</i>) Kotlet mielony wieprzowy z pieca 80 g (1- <i>GLU</i> , 3- <i>JAJ</i>) Sos pieczeniowy diet. 60 g (1- <i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g (1- <i>GLU</i> , 9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1- <i>GLU</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 868,3 Białko ogółem [g] 68 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 276,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
2026-09-27 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i> , 9- <i>SEL</i>) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml	Śliwki 150 g	Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Schab Benedykta 40 g (1- <i>GLU</i>) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,6 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 247,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,9
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i> , 9- <i>SEL</i>) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Śliwki 150 g		Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Schab Benedykta 40 g (1- <i>GLU</i>) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7- <i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 929,1 Białko ogółem [g] 73,8 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 233,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7- <i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1- <i>GLU</i> , 7- <i>MLE</i> , 9- <i>SEL</i>) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9- <i>SEL</i>) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1- <i>GLU</i> , 5- <i>OZI</i> , 8- <i>OWL</i> , 11- <i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1- <i>GLU</i>) Masło 10 g (7- <i>MLE</i>) Schab Benedykta 40 g (1- <i>GLU</i>) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7- <i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 964,1 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 82,5 Węglowodany ogółem [g] 244,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,7

2026-09-27 niedziela

Pięseczno 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynkowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Kasza gryczana biała 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 150 g (9-SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 150 g	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 012,3 Białko ogółem [g] 70,3 Tłuszcz [g] 90,2 Węglowodany ogółem [g] 230,2 Błonnik pokarmowy [g] 40
Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 908,2 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
Pięseczno 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 908,2 Białko ogółem [g] 74,1 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2026-09-27 niedziela	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9- SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 742 Białko ogółem [g] 62,8 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 231,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	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 pomidorowa z makaronem b/ml 300 ml (1- GLU , 9- SEL) Udziec z kurczaka pieczony z/k 130 g Ziemniaki 170 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 150 g (9- SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 852,3 Białko ogółem [g] 67,5 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 237,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,9
2026-09-28 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1- GLU , 7- MLE) Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Tyrolska 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biskvity 30 g (1- GLU , 3- JAJ)	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7- MLE , 9- SEL) Rolada schabowa ze sliwką 80 g Sos koperkowy 60 g (1- GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1- GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1- GLU , 6- SOJ , 9- SEL , 10- GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,4 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,5	
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1- GLU , 7- MLE) Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Tyrolska 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7- MLE , 9- SEL) Rolada schabowa ze sliwką 80 g Sos koperkowy 60 g (1- GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1- GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1- GLU , 6- SOJ , 9- SEL , 10- GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło 5 g (7- MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 271,6 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 351,9 Błonnik pokarmowy [g] 35,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1- GLU , 7- MLE) Chleb pszenny 60 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1- GLU) Masło 10 g (7- MLE) Tyrolska 40 g (1- GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (7- MLE , 9- SEL) Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g (1- GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1- GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1- GLU , 6- SOJ , 9- SEL , 10- GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1- GLU , 5- OZI , 8- OWL , 11- SEZ) Masło 5 g (7- MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1- GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 221,7 Białko ogółem [g] 80 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 328,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2026-09-28 poniedziałek

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) Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Rolada schabowa ze sliwką 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z ogórka, pomidora i pietruszki 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 128,4 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 310,3 Błonnik pokarmowy [g] 50,5
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) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,7 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 328,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,2
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) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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) Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 205,7 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 328,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,2

2026-09-28 poniedziałek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 967,2 Białko ogółem [g] 67,7 Tłuszcz [g] 56 Węglowodany ogółem [g] 311,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Rolada schabowa ze szpinakiem 80 g Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Marchewka talarki z natką 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 047,1 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 60,8 Węglowodany ogółem [g] 315,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,9
2026-09-29 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenenny 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) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt (7-MLE)	Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml	Arbuz 150 g	Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 841,5 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 246,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,2	
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenenny 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) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos chrzanowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 782,6 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 230 Błonnik pokarmowy [g] 18,9
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Arbuz 150 g		Chleb pszenenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 733,6 Białko ogółem [g] 76,6 Tłuszcz [g] 55,9 Węglowodany ogółem [g] 238,7 Błonnik pokarmowy [g] 18,5

2026-09-29 wtorek	Plaszczo Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-<i>GLU</i>, 7-<i>MLE</i>) Chleb razowy 80 g (1-<i>GLU</i>, 6-<i>SOJ</i>, 11-<i>SEZ</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Ser żółty 40 g (7-<i>MLE</i>) Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-<i>GLU</i>, 6-<i>SOJ</i>, 11-<i>SEZ</i>) Masło 5 g (7-<i>MLE</i>) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g (1-<i>GLU</i>) Pomidor 20 g	Zupa dyniowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-<i>GLU</i>, 9-<i>SEL</i>) Bitka z kurczaka 80 g (1-<i>GLU</i>) Sos chrzanowy 60 g (1-<i>GLU</i>) Kasza orkiszowa 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-<i>GLU</i>, 6-<i>SOJ</i>, 11-<i>SEZ</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 40 g (1-<i>GLU</i>) Ogórek 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 933,4 Białko ogółem [g] 76,8 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 253,3 Błonnik pokarmowy [g] 41,2
	Plaszczo Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-<i>GLU</i>, 7-<i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1-<i>GLU</i>, 5-<i>OZI</i>, 8-<i>OWL</i>, 11-<i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1-<i>GLU</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-<i>GLU</i>, 9-<i>SEL</i>) Bitka z kurczaka 80 g (1-<i>GLU</i>) Sos ziołowy 60 g (1-<i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomidor b/ skórki 150 g Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-<i>GLU</i>, 5-<i>OZI</i>, 8-<i>OWL</i>, 11-<i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1-<i>GLU</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 40 g (1-<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7- <i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 708,3 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 239,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,5
	Plaszczo Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-<i>GLU</i>, 7-<i>MLE</i>) Chleb pszenny 60 g (1-<i>GLU</i>, 5-<i>OZI</i>, 8-<i>OWL</i>, 11-<i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1-<i>GLU</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-<i>GLU</i>, 9-<i>SEL</i>) Bitka z kurczaka 80 g (1-<i>GLU</i>) Sos ziołowy 60 g (1-<i>GLU</i>) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomidor b/ skórki 150 g Arbuz 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-<i>GLU</i>, 5-<i>OZI</i>, 8-<i>OWL</i>, 11-<i>SEZ</i>) Bułka wrocławska 20 g (1-<i>GLU</i>) Masło 10 g (7-<i>MLE</i>) Poledwica sopocka 40 g (1-<i>GLU</i>) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7- <i>MLE</i>)	Wartość energetyczna[kcal] 1 708,3 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 239,1 Błonnik pokarmowy [g] 18,5

2026-09-29 wtorek	Piasieczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml (11-SEZ)	Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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 roślinne 10 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 594,4 Białko ogółem [g] 65,4 Tłuszcz [g] 44,2 Węglowodany ogółem [g] 241,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,5	
	Piasieczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z zacierką b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Bitka z kurczaka 80 g (1-GLU) Sos ziołowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z oliwą z oliwek 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 roślinne 10 g Połędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 701,4 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 49,8 Węglowodany ogółem [g] 247,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
2026-09-30 środa	Piasieczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pasta z makreli 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 310,7 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 80,3 Węglowodany ogółem [g] 321,5 Błonnik pokarmowy [g] 32,4	
	Piasieczno 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) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty czerwonej z majonezem 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pasta z makreli 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356,9 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 83,2 Węglowodany ogółem [g] 313,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Piasieczno 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) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pasta z makreli 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 288,4 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,3

2026-09-30 środa

Pięseczno 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) Pasta twarogowa z warzywami 60 g (7-MLE, 9-SEL) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty czerwonej z majonezem b/c 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Nektarynka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pasta z makreli 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 216 Białko ogółem [g] 89,9 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Błonnik pokarmowy [g] 49,3
Pięseczno 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) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,3 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 266,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
Pięseczno 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) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 956,3 Białko ogółem [g] 88,7 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 266,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2026-09-30 środa	Plasieczno L Bezmieczna 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 Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jablkowy 150 g	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) 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 Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 901,1 Białko ogółem [g] 72 Tłuszcz [g] 53,4 Węglowodany ogółem [g] 296,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,7
	Plasieczno L Bezmieczna 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 Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka b/ml 300 ml (9-SEL) Kotlet z soczewicy czerwonej diet. 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 13-LUB) Sos z pomidorów pelati i bazylii 60 g Kasza bulgur 170 g (1-GLU) 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 Poledwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 946,1 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 288,9 Błonnik pokarmowy [g] 31

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,