

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026-10-01	2026-10-02	2026-10-03	2026-10-04	2026-10-05	2026-10-06	2026-10-07
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Salata 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 Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek 40 g Salata 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 tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Salata 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 Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 40 g Salata 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 Schab Maryny 40 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Wafle kukurydziane 2 szt	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt	Kefir 1 szt	Biszkopty 30 g	Mus truskawkowy 150 g	Mus bananowo-jabłkowy 150 g
Obiad	Zupa kokosowa z ryżem 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 100 g Ziemniaki 170 g Surówka collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 130 g Makaron spaghetti 170 g Fasolka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami 400 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml Kotlet schabowy (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa zalewajka grzybowa z ziemniakami 300 ml Leczo z ciecierzycą 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Pomarańcza 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Jabłko 1 szt	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 40 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Ser żółty 20 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Salatka szwabska 60 g Polędwica sopočka 20 g Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta twarogowo - lososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn							

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026-10-08	2026-10-09	2026-10-10	2026-10-01	2026-10-02	2026-10-03	2026-10-04
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Twarożek bazyliowy 60 g Połędwica drobiowa 20 g Ogórek 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 bankietowa 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Ogórek 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 Szynka tostowa drobiowa Drobimex 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 Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 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 Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Kisiel z jagodami 200 ml	Herbatniki 40 g	Mus jabłkowo-marchewkowy 150 g				
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 80 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml Dorsz w płatkach kukurydzianych (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kokosowa z ryżem 300 ml Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 100 g Ziemniaki 170 g Surówka collesław 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 130 g Makaron spaghetti 170 g Fasolka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g
P	Pomarańcza 1 szt	Winogrona 100 g	Banan 1 szt				
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Hummus z mango i sezamem 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 Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Połędwica sopocka 20 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 Paszтет z pieca 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 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 Połędwica drobiowa 40 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 Ser żółty 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek
	2026-10-05	2026-10-06	2026-10-07	2026-10-08	2026-10-09	2026-10-10	2026-10-01
	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Podstawowa	Piaseczno Lekkostrawna
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Salata 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 Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 40 g Salata 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 Schab Maryny 40 g Pomidor 40 g Salata 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 Twarożek bazyliowy 60 g Połędwica drobiowa 20 g Ogórek 40 g Salata 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 bankietowa 20 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Ogórek 40 g Salata 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 Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 400 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml Kotlet schabowy (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo z ciecierzycą 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 150 g Kompot owocowy 200 ml Śliwki 130 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Zraz po staropolsku 80 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml Dorsz w płatkach kukurydzianych (smażony) 80 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml Schab pieczony w ziołach 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Salatka szwabska 60 g Połędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Hummus z mango i sezamem 60 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Połędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 40 g Salata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 40 g Salata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g	Jogurt naturalny 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026-10-02	2026-10-03	2026-10-04	2026-10-05	2026-10-06	2026-10-07	2026-10-08
	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 Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 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	Kakao 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Pomidor 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 tostowa drobiowa Drobimex 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 Twarożek z awokado i pietruszką 60 g Schab Benedykta 20 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 Schab Maryny 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 Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g Makaron spaghetti 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo z soczewicą lekkie 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 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 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 Sałatka szwabska diet. 60 g Polędwica sopocka 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 od górali 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 Rolada z kurczakiem Duda 20 g Pasta twarogowo - lososiowa z 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 Łopatka z pietruszką 20 g Hummus z mango i sezamem 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g

	piątek	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026-10-09	2026-10-10	2026-10-01	2026-10-02	2026-10-03	2026-10-04	2026-10-05
	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	Zacierka na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt
II Ś			Chleb razowy 50 g Masło 5 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g Pomidor 20 g
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa kokosowa z ryżem brązowym 300 ml Schab pieczony w ziołach 80 g Kasza bulgur 170 g Surówka collesław 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 130 g Makaron spaghetti pełnoziarnisty 170 g Fasolka gotowana 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza pęczak 170 g Mizeria 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami 400 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g Makaron razowy 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml
P			Jabłko 1 szt	Śliwki 130 g	Pomarańcza 1 szt	Śliwki 130 g	Jabłko 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasta jajeczna z natką diet. 60 g Polędwica sopocka 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 Paszтет z pieca 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka konserwowa 20 g Ser żółty 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Sałatka szwabska 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 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 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek	piątek
	2026-10-06	2026-10-07	2026-10-08	2026-10-09	2026-10-10	2026-10-01	2026-10-02
	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	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g Schab Benedykta 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Schab Maryny 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 Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Płatki żytnie na mleku 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 20 g Szynka bankietowa 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Kasza jaglana na mleku 250 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	Płatki owsiane na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Ser żółty 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Łopatka z pietruszką 20 g Pomidor 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g Papryka 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Serek homogenizowany z koperkiem 50 g Ogórek 20 g	Chleb razowy 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 20 g		
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym 300 ml Schab pieczony w majeranku 80 g Kasza gryczana 170 g Surówka z ogórka kiszzonego, groszku i marchewki b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo z ciecierzycą 150 g Ryż brązowy 170 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos musztardowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Surówka z kapusty pekińskiej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Kasza bulgur 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron razowy 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P	Gruszka 1 szt	Śliwki 130 g	Pomarańcza 1 szt	Jabłko 1 szt	Banan 1 szt		
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 20 g Hummus klasyczny z pietruszką 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g Polędwica sopocka 20 g Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasztet z pieca 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Pasztetowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 50 g herbata owocowa 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 Cukier 10 g
Pn						Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026-10-03	2026-10-04	2026-10-05	2026-10-06	2026-10-07	2026-10-08	2026-10-09
	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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szyńka biała z indyka Łukosz 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 Szyńka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 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 Szyńka 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 Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Schab Benedykta 20 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 Schab Maryny 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 Twarożek bazyliowy 60 g Polędwica drobiowa 20 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 Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Szyńka bankietowa 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g Makaron spaghetti 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa zacierkowa 300 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Filet z kurczaka gotowany 80 g Ryż 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szyńka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 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 Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 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 Szyńka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	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	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 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 Schab Maryny 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt naturalny 1 szt

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	sobota	czwartek	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026-10-10	2026-10-01	2026-10-02	2026-10-03	2026-10-04	2026-10-05	2026-10-06
	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	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka od górali 40 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 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 Twarożek z koperkiem 60 g Szynka zielonogórska 20 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 Szynka biała z indyka Łukosz 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 Szynka z kotła Gustavus 20 g Ser biały 60 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 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 Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Schab Benedykta 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś							
Obiad	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml Pulpet wieprzowy 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g Makaron spaghetti 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa zacierkowa 300 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P							
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Masło 10 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor b/ skórki 50 g herbata owocowa 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 Cukier 10 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Szynka konserwowa 20 g Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 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 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 Szynka od górali 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 Szynka z liściem Gustavus 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Maryny 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	środa	czwartek	piątek	sobota	czwartek		piątek
	2026-10-07	2026-10-08	2026-10-09	2026-10-10	2026-10-01		2026-10-02
	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 4p.
Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Schab Maryny 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 Twaróg bazylowy 60 g Polędwica drobiowa 20 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 Serek homogenizowany z koperkiem 60 g Szynka bankietowa 20 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 Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki owsiane na wodzie 250 ml 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 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 zielonogórska 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś					Wafle kukurydziane 2 szt		
Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Filet z kurczaka gotowany 80 g Ryż 170 g Marchewka gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazylowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml Schab pieczony w ziołach 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml Schab pieczony w ziołach 80 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt
P					Jabłko 1 szt		
Kolacja	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	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 20 g Masło 10 g Łopatka z pietruszką 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 80 g Masło 10 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Schab Benedykta 20 g	Jogurt naturalny 1 szt	Chleb pszenny 50 g Masło 5 g Szynka konserwowa 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka z liściem Gustavus 20 g

	piątek	sobota		niedziela		poniedziałek	
	2026-10-02	2026-10-03		2026-10-04		2026-10-05	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	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 zielonogórska 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g Pomidor 40 g Sałata 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 Sałata 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 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 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
II Ś	Sok owocowy bez cukru 1 szt		Kisiel 200 ml	Banan 1 szt		Biszkopty 30 g	
Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml Pulpet rybny 80 g Sos koperkowy 60 g Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g Makaron spaghetti 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g Makaron spaghetti 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml Eskalopki z indyka 80 g Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gl 60 g Makaron pene 170 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Banan 1 szt		Pomarańcza 1 szt	Melon Kantalupe 150 g		Jabłko 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 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	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Sałatka szwabska diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Sałatka szwabska diet. 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka od górali 20 g			Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g

Jadłospisy dla kuchni za okres od dnia 2026-10-01 do dnia 2026-10-10 KUCHNIA GŁÓWNA

	wtorek		środa		czwartek		piątek
	2026-10-06		2026-10-07		2026-10-08		2026-10-09
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	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 Schab Benedykta 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 Schab Benedykta 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 Schab Maryny 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kasza manna na wodzie 250 ml Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Schab Maryny 40 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Płatki jęczmienne na wodzie 250 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	Płatki jęczmienne na wodzie 250 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	Płatki żytnie 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 truskawkowy 150 g		Mus bananowo-jabłkowy 150 g			Kisiel z jagodami 200 ml	
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml Kotlet schabowy z pieca diet. 80 g Ziemniaki 170 g Buraczki 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo z soczewicą lekkie 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml Leczo z soczewicą lekkie 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml Zraz schabowy z szynką diet. 80 g Sos jarzynowy 60 g Kasza jęczmienna 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt
P	Banan 1 szt		Melon Kantalupe 150 g			Pomarańcza 1 szt	
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	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	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	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Łopatka z pietruszką 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Łopatka z pietruszką 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g Polędwica sopocka 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Łopatka z pietruszką 20 g	Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g

	piątek		
	sobota		
	2026-10-09	2026-10-10	
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci
Śniadanie	Płatki żytnie 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	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
II Ś	Wafle ryżowe 2 szt		Mus jabłkowy 150 g
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 80 g Sos koperkowy 60 g Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g Sos pomidorowy 60 g Makaron świderki 170 g Szpinak 150 g Kompot owocowy 200 ml
P	Jabłko 1 szt		Banan 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g Połędwica sopocka 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 80 g Masło roślinne 10 g Paszтет z pieca 50 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g
Pn		Chleb pszenny 50 g Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g	