

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-10-01 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa kokosowa z ryżem 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 100 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka collesław 150 g (3-JAJ) 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 991,2 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 273,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kokosowa z ryżem 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab po kaszubsku pieczony w sosie pieczarkowym 100 g (1-GLU, 7-MLE) Ziemniaki 170 g Surówka collesław 150 g (3-JAJ) 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 960,4 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab pieczony w ziołach 80 g (10-GOR) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 027,5 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 85,3 Węglowodany ogółem [g] 256,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8

2026-10-01 czwartek	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa 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) Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 20 g	Zupa kokosowa z ryżem brązowym 300 ml (8-OWŁ, 9-SEL) Schab pieczony w ziołach 80 g (10-GOR) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka collesław 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 140,4 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 93,6 Węglowodany ogółem [g] 249,2 Błonnik pokarmowy [g] 45,6
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 60 g (1-GLU)		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 145,3 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 263 Błonnik pokarmowy [g] 24,2

2026-10-01 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego		Kasza jaglana na mleku 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ryżanka z natką pietruszki 300 ml (9-SEL) Pulpet wieprzowy 80 g (1-GLU, 3-JAJ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt Sos pieczeniowy diet. 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) Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 145,3 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 263 Błonnik pokarmowy [g] 24,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Wafle kukurydziane 2 szt	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab pieczony w ziołach 80 g (10-GOR) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 857,8 Białko ogółem [g] 62,5 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 254 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kokosowa z ryżem diet. 300 ml (8-OWL, 9-SEL) Schab pieczony w ziołach 80 g (10-GOR) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтетowa drobiowa 50 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 946,7 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 259,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,2

2026-10-02 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g 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) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 103,1 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 315,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,8	
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g 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) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 289 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 330,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 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 liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-S02)	Wartość energetyczna[kcal] 2 386,3 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 63,7 Węglowodany ogółem [g] 378,9 Błonnik pokarmowy [g] 30,8

2026-10-02 piątek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Pulpet rybny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Śliwki 130 g	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 124,8 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Błonnik pokarmowy [g] 46
	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) Twarożek z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka zielonogórska 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Pulpet rybny 80 g (1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ryż 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Benedykta 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 z liściem Gustavus 20 g (6-SOJ, 10-GOR, 12-SO2)

2026-10-02 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego						
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci						
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.						

2026-10-03 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 130 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Fasolka gotowana 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 145,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 130 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Fasolka gotowana 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 145,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,5
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Brokuły 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,3 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 302,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

2026-10-03 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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka od górali 20 g Pomidor 20 g	Zupa z cukinii z ziemniakami 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Sos boloński wieprzowy 130 g (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Makaron spaghetti pełnoziarnisty 170 g Fasolka gotowana 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 281,7 Błonnik pokarmowy [g] 48,8
	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) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Brokuły 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) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 036,5 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7

2026-10-03 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Brokuły 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) Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU) Pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 036,5 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 302,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szyńka 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 z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Brokuły 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 Szyńka konserwowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 763,4 Białko ogółem [g] 66,6 Tłuszcz [g] 45,1 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 26
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szyńka biała z indyka Łukosz 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukinii z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 130 g (1-GLU, 9-SEL) Makaron spaghetti 170 g (1-GLU) Brokuły 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 Szyńka konserwowa 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 Szyńka od górali 20 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 871 Białko ogółem [g] 74,5 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 289,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,7

2026-10-04 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt (7-MLE)	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 994,9 Białko ogółem [g] 114,1 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 224,9 Błonnik pokarmowy [g] 15,4	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Mizeria 150 g (7-MLE) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 081,5 Białko ogółem [g] 115,3 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 240,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 144,5 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 246,4 Błonnik pokarmowy [g] 22

2026-10-04 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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Maryny 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza pęczak 170 g (1-GLU) Mizeria 150 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) Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 982,9 Białko ogółem [g] 103,4 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 213,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,2
	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) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) 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) Schab Maryny 20 g (1-GLU)

2026-10-04 niedziela	Piaseczno	Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Kakao 250 g (7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka z kotła Gustavus 20 g (1-GLU) Ser biały 60 g (7-MLE) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 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) 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) Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 146 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 247 Błonnik pokarmowy [g] 22
	Piaseczno	L Bezmleczna Dzieci	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	Banan 1 szt	Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 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 Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 882 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 245 Błonnik pokarmowy [g] 24,5
	Piaseczno	L Bezmleczna 4p.	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		Rosół z makaronem 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skl. 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 Polędwica drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 854 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 218,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,5

2026-10-05 poniedziałek	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 tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Sałatka szwabska 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 328,5 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 358,3 Błonnik pokarmowy [g] 34
	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 tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencku z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Sałatka szwabska 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 283,5 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 343,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	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 tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Sałatka szwabska diet. 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 095,2 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 61,3 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,1

2026-10-05 poniedziałek	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) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa z zielonego groszku po florencu z ziemniakami 400 ml (7-MLE, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowo śmietanowy 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Sałatka szwabska 60 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE, 10-GOR) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,1 Białko ogółem [g] 81,6 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Błonnik pokarmowy [g] 49,5
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) (7-MLE) Masło 10 g (7-MLE) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 878,2 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 282,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9

2026-10-05 poniedziałek

Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szyńka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa zacierkowa 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy lekki 60 g (1-GLU, 7-MLE) Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 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) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 878,2 Białko ogółem [g] 78,8 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 282,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szyńka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (1-GLU, 3-JAJ)	Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Sałatka szwabska diet. 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 930,6 Białko ogółem [g] 77,3 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,5
Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szyńka tostowa drobiowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z soczewicy czerwonej z ziemniakami diet. 300 ml (9-SEL, 13-LUB) Eskalopki z indyka 80 g (1-GLU) Sos kremowy - szpinakowy b/ml b/gł 60 g Makaron pene 170 g (1-GLU) Seler gotowany z cukinią i koperkiem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Sałatka szwabska diet. 60 g (1-GLU, 3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szyńka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 007,1 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 52,9 Węglowodany ogółem [g] 315,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,6

2026-10-06 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 031,2 Białko ogółem [g] 74,5 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy (smażony) 80 g (1-GLU, 3-JAJ) 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 182,8 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 309,3 Błonnik pokarmowy [g] 29
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i pietruszką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z makaronem orzo 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 135,5 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 67,7 Węglowodany ogółem [g] 308,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,3

2026-10-06 wtorek	Pięseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek z awokado i rzodkiewką 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Pomidor 20 g	Zupa kalafiorowa z makaronem razowym 300 ml (1-GLU, 9-SEL) 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	Gruszka 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 036 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 258,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,2
	Pięseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)

2026-10-06 wtorek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki owsiane na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 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 od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 2 122,5 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,9
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 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 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 802,8 Białko ogółem [g] 66,2 Tłuszcz [g] 49,1 Węglowodany ogółem [g] 285,8 Błonnik pokarmowy [g] 26,4
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z makaronem orzo b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Kotlet schabowy z pieca diet. 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 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Płat szynkowy Gustavus 20 g (1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR)	Wartość energetyczna[kcal] 1 914,8 Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,4

2026-10-07 środa	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 150 g	Zupa zalewajka grzybowa z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Leczo z ciecierzycą 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 150 g 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 208,1 Białko ogółem [g] 71,8 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 367,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,9	
	Piaszczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Leczo z ciecierzycą 150 g Ryż 170 g Surówka z marchwii z chrzanem 150 g 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) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 961,3 Białko ogółem [g] 69,8 Tłuszcz [g] 49,9 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7
	Piaszczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Leczo z soczewicą lekkie 150 g (13-LUB) Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 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) Rolada z kurczakiem Duda 20 g (1-GLU) Pasta twarogowo - łososiowa z koperkiem 60 g (4-RYB, 7-MLE) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 195,8 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 66 Węglowodany ogółem [g] 334,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,5

2026-10-07 środa

2026-10-07 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza manna na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Filet z kurczaka gotowany 80 g Ryż 170 g Marchewka gotowana 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) Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 818,3 Białko ogółem [g] 74,8 Tłuszcz [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 287,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus bananowo-jabłkowy 150 g	Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Leczo z soczewicą lekkie 150 g (13-LUB) Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 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 Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 072,3 Białko ogółem [g] 63,1 Tłuszcz [g] 53 Węglowodany ogółem [g] 352,9 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza manna na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Schab Maryny 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa dyniowa z ziemniakami b/ml 300 ml (9-SEL) Leczo z soczewicą lekkie 150 g (13-LUB) Ryż 170 g Surówka z marchwi i jabłka 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 Rolada z kurczakiem Duda 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Łopatka z pietruszką 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 093,7 Białko ogółem [g] 68,6 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 339,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,8

2026-10-08 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 80 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml	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) Łopatką z pietruszką 20 g (1-GLU) Hummus z mango i sezamem 60 g (11-SEZ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 132,4 Białko ogółem [g] 77,6 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 333,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,2	
	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Zraz po staropolsku 80 g (1-GLU, 10-GOR) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (3-JAJ) Kompot owocowy 200 ml 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) Łopatką z pietruszką 20 g (1-GLU) Hummus z mango i sezamem 60 g (11-SEZ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 252,9 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 67,1 Węglowodany ogółem [g] 338,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml 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) Łopatką z pietruszką 20 g (1-GLU) Hummus z mango i sezamem 60 g (11-SEZ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 309 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 335,7 Błonnik pokarmowy [g] 34

2026-10-08 czwartek	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) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Schab Benedykta 20 g (1-GLU) Papryka 20 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1-GLU, 7-MLE, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos musztardowy 60 g (1-GLU, 7-MLE, 10-GOR) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 150 g (3-JAJ, 7-MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Łopatką z pietruszką 20 g (1-GLU) Hummus klasyczny z pietruszką 60 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 135,3 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 295,1 Błonnik pokarmowy [g] 47,3
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml 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) Łopatką z pietruszką 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)

2026-10-08 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem soku żołądkowego						
	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Twarożek bazyliowy 60 g (7-MLE) Polędwica drobiowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 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) Łopatka z pietruszką 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) Schab Benedykta 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,2 Białko ogółem [g] 85,5 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kisiel z jagodami 200 ml (11-SEZ)	Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 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 Łopatka z pietruszką 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 924,9 Białko ogółem [g] 67,3 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 303,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Barszcz czerwony z ziemniakami b/ml 300 ml (1-GLU, 9-SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 80 g (1-GLU) Sos jarzynowy 60 g (1-GLU, 9-SEL) Kasza jęczmienna 170 g (1-GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 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 Łopatka z pietruszką 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] 2 044,2 Białko ogółem [g] 73,9 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,2

2026-10-09 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 40 g (1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE)	Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz w płatkach kukurydżianych (smażony) 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 124,9 Białko ogółem [g] 78,7 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 270,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,7
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ogórkowa z ryżem 300 ml (7-MLE, 9-SEL) Dorsz w płatkach kukurydżianych (smażony) 80 g (3-JAJ, 4-RYB) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 2 010,5 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 245,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,2
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml 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) Pasta jajeczna z natką diet. 60 g (3-JAJ, 7-MLE) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE) Wartość energetyczna[kcal] 1 938 Białko ogółem [g] 80,8 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 260,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6

2026-10-09 piątek	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki żytnie na mleku 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Ser żółty 20 g (7-MLE) Szyńka bankietowa 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 koperkiem 50 g (7-MLE) Ogórek 20 g	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Kasza bulgur 170 g (1-GLU) Surówka z kapusty kiszanej 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) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 003,6 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 89 Węglowodany ogółem [g] 218,7 Błonnik pokarmowy [g] 42,4
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Szyńka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml 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) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)

2026-10-09 piątek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Zacierka na mleku 250 ml (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (7-MLE) Szynka bankietowa 20 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml 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) Polędwica sopocka 40 g (1-GLU) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (7-MLE)	Wartość energetyczna [kcal] 1 803 Białko ogółem [g] 72,4 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 259,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna [kcal] 1 776,5 Białko ogółem [g] 66,1 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 262,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (1-GLU) Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z ryżem b/ml 300 ml (9-SEL) Dorsz pieczony z koperkiem 80 g (4-RYB) Sos koperkowy 60 g (1-GLU) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (9-SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z natką diet. b/ml 60 g (3-JAJ) Polędwica sopocka 20 g (1-GLU) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna [kcal] 1 883,1 Białko ogółem [g] 70,9 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 267,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

2026-10-10 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowo-marchewkowy 150 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 489,3 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 385,3 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Surówka z marchwi i jabłka 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 558,4 Białko ogółem [g] 88,5 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 382,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) 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) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 428,4 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 372,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5

2026-10-10 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) Szynka od górali 40 g Ogórek 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 40 g (1-GLU) Pomidor 20 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron razowy 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Banan 1 szt	Chleb razowy 80 g (1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasztet z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,1 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 70,4 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,5
	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) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Pasztet z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)

2026-10-10 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kawa mleczna 250 g (1-GLU, 7-MLE) Chleb pszenny 60 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Bułka wrocławska 20 g (1-GLU) Masło 10 g (7-MLE) Szynka od górali 40 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 10 g (7-MLE) Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło 5 g (7-MLE) Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 420,7 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 371,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,8
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 159,2 Białko ogółem [g] 75 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 354,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z ziemniakami 400 ml (1-GLU, 9-SEL) Filet z kurczaka w pesto bazyliowym 80 g (5-OZI, 7-MLE, 8-OWL, 11-SEZ) Sos pomidorowy 60 g (1-GLU) Makaron świderki 170 g (1-GLU) Szpinak 150 g (1-GLU) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 10 g Paszтет z pieca 50 g (1-GLU, 3-JAJ) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (1-GLU, 5-OZI, 8-OWL, 11-SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (1-GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 204,2 Białko ogółem [g] 82,5 Tłuszcz [g] 59,7 Węglowodany ogółem [g] 346,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9

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,