Jadłospisy za okres od dnia 2026-11-11 do dnia 2026-11-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	Pn	SUMA
2026-11-11 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,3** **Białko ogółem [g] 57,6** **Tłuszcz [g] 79,7** **Węglowodany ogółem [g] 341,9** **Błonnik pokarmowy [g] 25,9**
	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,5** **Białko ogółem [g] 65,1** **Tłuszcz [g] 82,6** **Węglowodany ogółem [g] 334,1** **Błonnik pokarmowy [g] 25,2**
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 107,7** **Białko ogółem [g] 64,8** **Tłuszcz [g] 78,4** **Węglowodany ogółem [g] 344,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
	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***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Pomidor 20 g	Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Bitka z kurczaka 80 g (***1-GLU***) Sos rozmarynowy 60 g (***1-GLU***) Kasza gryczana biała 170 g Mizeria 150 g (***7-MLE***) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 820,7** **Białko ogółem [g] 69,3** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 237,3** **Błonnik pokarmowy [g] 39,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-11 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126** **Białko ogółem [g] 67,2** **Tłuszcz [g] 78,8** **Węglowodany ogółem [g] 345,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 126** **Białko ogółem [g] 67,2** **Tłuszcz [g] 78,8** **Węglowodany ogółem [g] 345,9** **Błonnik pokarmowy [g] 27,1**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 150 g	Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 916,1** **Białko ogółem [g] 50,4** **Tłuszcz [g] 67,6** **Węglowodany ogółem [g] 340,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,4**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni. 300 ml (***9-SEL***) Kartacze z mięsem diet. 3 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 6-SOJ***) Buraczki 150 g (***1-GLU, 9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Kiełbasa szynkowa 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 961,1** **Białko ogółem [g] 58** **Tłuszcz [g] 70,3** **Węglowodany ogółem [g] 332,3** **Błonnik pokarmowy [g] 27,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-12 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka z ryżem brązowym, kurczakiem, edamame i ogórkiem 80 g (***3-JAJ, 11-SEZ***) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,2 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1**
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka z ryżem brązowym, kurczakiem, edamame i ogórkiem 80 g (***3-JAJ, 11-SEZ***) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,2 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 62,7 Węglowodany ogółem [g] 301,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,1**
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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 od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 135,3 Białko ogółem [g] 91 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 323,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,2**
	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***) Szynka od górali 40 g 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 piastowska 20 g (***1-GLU***) Ogórek 30 g	Zupa brukselkowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku (z pieca) 80 g (***1-GLU, 7-MLE***) Makaron razowy 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka z ryżem brązowym, kurczakiem, edamame i ogórkiem 80 g (***3-JAJ, 11-SEZ***) Rzodkiewka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 291,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-12 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 marchwianka z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,8** **Białko ogółem [g] 91** **Tłuszcz [g] 59,4** **Węglowodany ogółem [g] 323,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 marchwianka z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,8** **Białko ogółem [g] 91** **Tłuszcz [g] 59,4** **Węglowodany ogółem [g] 323,6** **Błonnik pokarmowy [g] 30,2**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Sok owocowy bez cukru 1 szt	Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 969** **Białko ogółem [g] 80,4** **Tłuszcz [g] 49,4** **Węglowodany ogółem [g] 314,2** **Błonnik pokarmowy [g] 31,7**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka od górali 40 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa marchwianka z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Filet z kurczaka po toskańsku diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza kuskus 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Sałatka ryżowa z kurczakiem diet. 80 g Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 111,1** **Białko ogółem [g] 87,6** **Tłuszcz [g] 55** **Węglowodany ogółem [g] 329,8** **Błonnik pokarmowy [g] 32,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-13 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	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***) Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***) Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g (***7-MLE, 8-OWŁ***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (***1-GLU, 3-JAJ***)	Zupa neapolitanka z makaronem orzo 300 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna w cieście bazyliowym (smażona) 80 g (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 298,7** **Białko ogółem [g] 81,9** **Tłuszcz [g] 92,5** **Węglowodany ogółem [g] 294,1** **Błonnik pokarmowy [g] 24,7**
	Piaseczno Podstawowa	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***) Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***) Twarożek z jabłkiem i orzechami 60 g (***7-MLE, 8-OWŁ***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem orzo 300 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna w cieście bazyliowym (smażona) 80 g (***1-GLU, 3-JAJ, 4-RYB, 7-MLE***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 381,7** **Białko ogółem [g] 87,6** **Tłuszcz [g] 97,4** **Węglowodany ogółem [g] 298,3** **Błonnik pokarmowy [g] 25,8**
	Piaseczno Lekkostrawna	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***) Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***) Twarożek z jabłkiem prażonym 60 g (***7-MLE***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z orzo b/ml 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ, 7-MLE***) Szynka piastowska 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 188,2** **Białko ogółem [g] 85,9** **Tłuszcz [g] 72,2** **Węglowodany ogółem [g] 309** **Błonnik pokarmowy [g] 26,6**
	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***) Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***) Twarożek z jabłkiem i orzechami b/c 60 g (***7-MLE, 8-OWŁ***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***) Papryka 20 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z kapusty kiszonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (***3-JAJ***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,7** **Białko ogółem [g] 84,9** **Tłuszcz [g] 98,7** **Węglowodany ogółem [g] 276,7** **Błonnik pokarmowy [g] 45,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-13 piątek	Piaseczno 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***) Schab Benedykta 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z orzo b/ml 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka piastowska 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,6** **Białko ogółem [g] 72,7** **Tłuszcz [g] 61,6** **Węglowodany ogółem [g] 302,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza jaglana na mleku 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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		Zupa jarzynowa z orzo b/ml 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka piastowska 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 011,6** **Białko ogółem [g] 72,7** **Tłuszcz [g] 61,6** **Węglowodany ogółem [g] 302,1** **Błonnik pokarmowy [g] 26,3**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Schab Benedykta 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (***1-GLU, 3-JAJ***)	Zupa jarzynowa z orzo b/ml 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Jajko 1 szt (***3-JAJ***) Szynka piastowska 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 920,7** **Białko ogółem [g] 68,4** **Tłuszcz [g] 57,6** **Węglowodany ogółem [g] 292,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,5**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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 jarzynowa z orzo b/ml 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona soute 80 g (***1-GLU, 4-RYB***) Sos bazyliowy 60 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Jarzynki po grecku 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Jajko 1 szt (***3-JAJ***) Szynka piastowska 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 002,5** **Białko ogółem [g] 74** **Tłuszcz [g] 62,4** **Węglowodany ogółem [g] 297** **Błonnik pokarmowy [g] 29,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-14 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 101,1** **Białko ogółem [g] 75,4** **Tłuszcz [g] 65,3** **Węglowodany ogółem [g] 317,8** **Błonnik pokarmowy [g] 32,6**
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 070,3** **Białko ogółem [g] 77,4** **Tłuszcz [g] 66,6** **Węglowodany ogółem [g] 304,3** **Błonnik pokarmowy [g] 30,7**
	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 068,8** **Białko ogółem [g] 77,2** **Tłuszcz [g] 66,5** **Węglowodany ogółem [g] 304,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8**
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kawa mleczna bez cukru 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 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 ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,2** **Białko ogółem [g] 75,9** **Tłuszcz [g] 75** **Węglowodany ogółem [g] 271,6** **Błonnik pokarmowy [g] 47,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-14 sobota	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kawa mleczna 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 990,6** **Białko ogółem [g] 76,1** **Tłuszcz [g] 61,4** **Węglowodany ogółem [g] 297,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30,5**
	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-OWŁ, 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 ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 990,6** **Białko ogółem [g] 76,1** **Tłuszcz [g] 61,4** **Węglowodany ogółem [g] 297,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30,5**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle kukurydziane 2 szt	Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 876,6** **Białko ogółem [g] 66,8** **Tłuszcz [g] 55,7** **Węglowodany ogółem [g] 291,6** **Błonnik pokarmowy [g] 33**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z natką 300 ml (***9-SEL***) Schab pieczony w majeranku 80 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (***1-GLU***) Kasza jęczmienna 170 g (***1-GLU***) Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 971,2** **Białko ogółem [g] 72,6** **Tłuszcz [g] 60,9** **Węglowodany ogółem [g] 297** **Błonnik pokarmowy [g] 32,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-15 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 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***) Polędwica sopocka 40 g (***1-GLU***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (***11-SEZ***)	Rosół z makaronem 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 909,1** **Białko ogółem [g] 100,7** **Tłuszcz [g] 72,6** **Węglowodany ogółem [g] 245,4** **Błonnik pokarmowy [g] 18,7**
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 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***) Polędwica sopocka 40 g (***1-GLU***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Ser biały 40 g (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 050,6** **Białko ogółem [g] 113** **Tłuszcz [g] 79,4** **Węglowodany ogółem [g] 252,2** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1**
	Piaseczno Lekkostrawna	Kakao 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***) Polędwica sopocka 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***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Ser biały 40 g (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 085,2** **Białko ogółem [g] 112,2** **Tłuszcz [g] 88,6** **Węglowodany ogółem [g] 240,7** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6**
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kakao bez cukru 250 g (***7-MLE***) Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 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***) Ser biały 40 g (***7-MLE***) Ogórek 20 g	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka 80 g (***1-GLU***) Kasza orkiszowa 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 943,7** **Białko ogółem [g] 101,2** **Tłuszcz [g] 89,1** **Węglowodany ogółem [g] 201,1** **Błonnik pokarmowy [g] 39,7**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kakao 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***) Polędwica sopocka 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Ser biały 40 g (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 086,8** **Białko ogółem [g] 112** **Tłuszcz [g] 88,6** **Węglowodany ogółem [g] 241,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-15 niedziela	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kakao 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***) Polędwica sopocka 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Ser biały 40 g (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 086,8** **Białko ogółem [g] 112** **Tłuszcz [g] 88,6** **Węglowodany ogółem [g] 241,2** **Błonnik pokarmowy [g] 19,6**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Polędwica sopocka 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (***11-SEZ***)	Rosół z makaronem 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 718,8** **Białko ogółem [g] 91,1** **Tłuszcz [g] 71,7** **Węglowodany ogółem [g] 208,2** **Błonnik pokarmowy [g] 18,7**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Polędwica sopocka 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***) Bitka z kurczaka z pulpą mango 80 g (***1-GLU***) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (***1-GLU***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Płat szynkowy Gustavus 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Schab Maryny 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 824,9** **Białko ogółem [g] 99** **Tłuszcz [g] 77,5** **Węglowodany ogółem [g] 213,5** **Błonnik pokarmowy [g] 20,1**
2026-11-16 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt (***7-MLE***)	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 130 g (***1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos chrzanowy 60 g (***1-GLU***)	Winogrona 100 g	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka Maryny 20 g (***1-GLU***) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (***5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-ŁUB***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 523,9** **Białko ogółem [g] 105,7** **Tłuszcz [g] 90,3** **Węglowodany ogółem [g] 330,4** **Błonnik pokarmowy [g] 29,3**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-16 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 130 g (***1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim 150 g Kompot owocowy 200 ml Winogrona 100 g Sos chrzanowy 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***) Szynka Maryny 20 g (***1-GLU***) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (***5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-ŁUB***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 504,9** **Białko ogółem [g] 106,7** **Tłuszcz [g] 90,8** **Węglowodany ogółem [g] 323,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29**
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Serek homogenizowany z natką pietruszki 60 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka Maryny 20 g (***1-GLU***) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (***5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-ŁUB***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 239,5** **Białko ogółem [g] 92,8** **Tłuszcz [g] 83,4** **Węglowodany ogółem [g] 286,3** **Błonnik pokarmowy [g] 27,7**
	Piaseczno Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 7-MLE***) Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Szynka tostowa drobiowa Drobimex 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Serek homogenizowany z natką pietruszki 40 g (***7-MLE***) Papryka 20 g	Zupa kapuśniak z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką w panierce (smażone) 130 g (***1-GLU, 3-JAJ, 10-GOR***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Surówka z marchewką, jabłkiem i fenkułem włoskim b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos chrzanowy 60 g (***1-GLU***)	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka Maryny 20 g (***1-GLU***) Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 60 g (***5-OZI, 7-MLE, 8-OWŁ, 11-SEZ, 13-ŁUB***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 487,2** **Białko ogółem [g] 105,3** **Tłuszcz [g] 99,5** **Węglowodany ogółem [g] 291,6** **Błonnik pokarmowy [g] 48,4**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Zacierka na mleku 250 ml (***1-GLU, 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 Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka Maryny 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 915,5** **Białko ogółem [g] 86,2** **Tłuszcz [g] 60,8** **Węglowodany ogółem [g] 263,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-16 poniedziałek	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-OWŁ, 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 kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka Maryny 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 018,1** **Białko ogółem [g] 87,2** **Tłuszcz [g] 68,3** **Węglowodany ogółem [g] 271** **Błonnik pokarmowy [g] 26**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus mango z jabłkiem 150 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 918,6** **Białko ogółem [g] 77** **Tłuszcz [g] 59,4** **Węglowodany ogółem [g] 279,6** **Błonnik pokarmowy [g] 32,2**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka tostowa drobiowa Drobimex 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Zawijańce z szynką diet. (z pieca) 80 g (***1-GLU***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Bukiet warzyw 3-skł. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Sos jarzynowy 60 g (***1-GLU, 9-SEL***)		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka Maryny 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 031** **Białko ogółem [g] 84,5** **Tłuszcz [g] 67,9** **Węglowodany ogółem [g] 278,2** **Błonnik pokarmowy [g] 30,4**
2026-11-17 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Pasztet z pieca 60 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***)	Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy smażony 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 285,3** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 76,7** **Węglowodany ogółem [g] 328** **Błonnik pokarmowy [g] 27,6**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-17 wtorek	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Pasztet z pieca 60 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Dżem 20 g Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy smażony 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250** **Białko ogółem [g] 88,2** **Tłuszcz [g] 77** **Węglowodany ogółem [g] 314,8** **Błonnik pokarmowy [g] 28,6**
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Pasztet z pieca 60 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Dżem 20 g Pomidor 40 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 197,2** **Białko ogółem [g] 85,8** **Tłuszcz [g] 72,3** **Węglowodany ogółem [g] 309,6** **Błonnik pokarmowy [g] 23,4**
	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***) Pasztet z pieca 60 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***) Papryka 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Kasza pęczak 170 g (***1-GLU***) Surówka z kapusty czerwonej 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***) Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Ogórek 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 219,6** **Białko ogółem [g] 88,4** **Tłuszcz [g] 80** **Węglowodany ogółem [g] 289,6** **Błonnik pokarmowy [g] 44,9**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki owsiane na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Ser biały 60 g (***7-MLE***) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198,5** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 72,3** **Węglowodany ogółem [g] 310,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,4**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-17 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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Ser biały 60 g (***7-MLE***) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198,5** **Białko ogółem [g] 85,7** **Tłuszcz [g] 72,3** **Węglowodany ogółem [g] 310,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,4**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (***1-GLU, 3-JAJ***)	Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 911,5** **Białko ogółem [g] 68,2** **Tłuszcz [g] 59,8** **Węglowodany ogółem [g] 282,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22,6**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki owsiane na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka bankietowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z makaronem muszelki lekkostrawna 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Kotlet pożarski drobiowy z pieca 80 g (***1-GLU, 3-JAJ***) Ziemniaki 170 g Cukinia pieczona z bazylią 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Tyrolska 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 988** **Białko ogółem [g] 72,8** **Tłuszcz [g] 64,4** **Węglowodany ogółem [g] 287,1** **Błonnik pokarmowy [g] 23,8**
2026-11-18 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	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***) Twarożek z ziołami 60 g (***7-MLE***) Szynka konserwowa 20 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (***11-SEZ***)	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***7-MLE***) Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka z kotła Gustavus 20 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 60 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 276,4** **Białko ogółem [g] 84,8** **Tłuszcz [g] 70** **Węglowodany ogółem [g] 331,8** **Błonnik pokarmowy [g] 22,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-18 środa	Piaseczno Podstawowa	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***) Twarożek z ziołami 60 g (***7-MLE***) Szynka konserwowa 20 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***7-MLE***) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka z kotła Gustavus 20 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 60 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 247,2** **Białko ogółem [g] 88,8** **Tłuszcz [g] 71,9** **Węglowodany ogółem [g] 315,9** **Błonnik pokarmowy [g] 22**
	Piaseczno Lekkostrawna	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***) Twarożek z ziołami 60 g (***7-MLE***) Szynka konserwowa 20 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***7-MLE***) Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka z kotła Gustavus 20 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 60 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,1** **Białko ogółem [g] 81,7** **Tłuszcz [g] 67,4** **Węglowodany ogółem [g] 278,6** **Błonnik pokarmowy [g] 16,8**
	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***) Twarożek z ziołami 60 g (***7-MLE***) Szynka konserwowa 20 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***) Papryka 20 g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***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***) Szynka z kotła Gustavus 20 g (***1-GLU***) Pasta jajeczna z tuńczykiem 60 g (***3-JAJ, 4-RYB***) Ogórek kiszony 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 185,1** **Białko ogółem [g] 83,8** **Tłuszcz [g] 77,6** **Węglowodany ogółem [g] 287,1** **Błonnik pokarmowy [g] 41,2**
	Piaseczno 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 konserwowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***7-MLE***) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka z kotła Gustavus 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 953** **Białko ogółem [g] 74,6** **Tłuszcz [g] 63** **Węglowodany ogółem [g] 274,4** **Błonnik pokarmowy [g] 15,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-18 środa	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Kasza jaglana na mleku 250 g (***7-MLE***) Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka konserwowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z serem II 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (***7-MLE***) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka z kotła Gustavus 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 953** **Białko ogółem [g] 74,6** **Tłuszcz [g] 63** **Węglowodany ogółem [g] 274,4** **Błonnik pokarmowy [g] 15,5**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml (***11-SEZ***)	Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (***1-GLU***) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 490,2** **Białko ogółem [g] 46,1** **Tłuszcz [g] 36,9** **Węglowodany ogółem [g] 283,7** **Błonnik pokarmowy [g] 20,6**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka konserwowa 40 g (***1-GLU***) Seler naciowy słupki 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa brokułowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt (***1-GLU***) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 1 szt		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka z kotła Gustavus 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Schab Benedykta 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 599,6** **Białko ogółem [g] 52,6** **Tłuszcz [g] 44,7** **Węglowodany ogółem [g] 286,7** **Błonnik pokarmowy [g] 21,7**
2026-11-19 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (***1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ***) Ryż brązowy 170 g Ratatouille 150 g Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Ser biały 60 g (***7-MLE***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 955,4** **Białko ogółem [g] 82,6** **Tłuszcz [g] 57,3** **Węglowodany ogółem [g] 288,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-19 czwartek	Piaseczno Podstawowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka w sezamie (smażony) 80 g (***1-GLU, 3-JAJ, 11-SEZ***) Ryż brązowy 170 g Ratatouille 150 g Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Ser biały 60 g (***7-MLE***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 083,4** **Białko ogółem [g] 87** **Tłuszcz [g] 61,3** **Węglowodany ogółem [g] 307,3** **Błonnik pokarmowy [g] 27,2**
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Ser biały 80 g (***7-MLE***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 096,5** **Białko ogółem [g] 84,6** **Tłuszcz [g] 62,9** **Węglowodany ogółem [g] 310,2** **Błonnik pokarmowy [g] 28,9**
	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 biała z indyka Łukosz 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***) Ser żółty 20 g (***7-MLE***) Ogórek 20 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Ser biały 60 g (***7-MLE***) Ogórek 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 999,5** **Białko ogółem [g] 81,8** **Tłuszcz [g] 68,9** **Węglowodany ogółem [g] 263,5** **Błonnik pokarmowy [g] 42,1**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,5** **Białko ogółem [g] 77,3** **Tłuszcz [g] 59,5** **Węglowodany ogółem [g] 309,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-19 czwartek	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Płatki jęczmienne na mleku 250 g (***1-GLU, 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 biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml (***7-MLE, 9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Kiełbasa szynkowa 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 033,5** **Białko ogółem [g] 77,3** **Tłuszcz [g] 59,5** **Węglowodany ogółem [g] 309,1** **Błonnik pokarmowy [g] 28,2**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml	Melon Kantalupe 150 g	Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 774,7** **Białko ogółem [g] 60,9** **Tłuszcz [g] 45,5** **Węglowodany ogółem [g] 293,4** **Błonnik pokarmowy [g] 30**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml (***9-SEL***) Filet z indyka pieczony 80 g Ryż brązowy 170 g Ratatouille lekkostrawne 150 g (***9-SEL***) Kompot owocowy 200 ml Melon Kantalupe 150 g		Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Kiełbasa szynkowa 20 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Polędwica sopocka 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 888,1** **Białko ogółem [g] 68,3** **Tłuszcz [g] 50,7** **Węglowodany ogółem [g] 301,1** **Błonnik pokarmowy [g] 29**
2026-11-20 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (***1-GLU, 3-JAJ, 7-MLE***)	Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Szynka zielonogórska 20 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 957,5** **Białko ogółem [g] 64,4** **Tłuszcz [g] 65,7** **Węglowodany ogółem [g] 287,7** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-20 piątek	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa z łazankami 300 ml (***1-GLU, 7-MLE, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszonej 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 60 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Szynka zielonogórska 20 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 885,5** **Białko ogółem [g] 67,1** **Tłuszcz [g] 61,1** **Węglowodany ogółem [g] 277,5** **Błonnik pokarmowy [g] 25,5**
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) 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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Szynka zielonogórska 20 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 839,9** **Białko ogółem [g] 67,9** **Tłuszcz [g] 55,9** **Węglowodany ogółem [g] 277,7** **Błonnik pokarmowy [g] 27,3**
	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***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 5 g (***7-MLE***) Szynka bankietowa 20 g (***1-GLU***) Papryka 20 g	Zupa pieczarkowa z makaronem brązowym 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy jasny 60 g (***1-GLU, 7-MLE***) Kasza bulgur 170 g (***1-GLU***) Surówka z kapusty kiszonej b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 80 g (***1-GLU, 6-SOJ, 11-SEZ***) Masło 10 g (***7-MLE***) Hummus dyniowy z czarnuszką 60 g Szynka zielonogórska 20 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Papryka 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 936,3** **Białko ogółem [g] 65,8** **Tłuszcz [g] 73,7** **Węglowodany ogółem [g] 249,4** **Błonnik pokarmowy [g] 45,3**
	Piaseczno Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kasza manna na mleku 250 ml (***1-GLU, 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***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g 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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 764,3** **Białko ogółem [g] 66,2** **Tłuszcz [g] 53,1** **Węglowodany ogółem [g] 267,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

2026-11-20 piątek	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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g 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-OWŁ, 11-SEZ***) Bułka wrocławska 20 g (***1-GLU***) Masło 10 g (***7-MLE***) Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor b/ skórki 50 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt (***7-MLE***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 764,3** **Białko ogółem [g] 66,2** **Tłuszcz [g] 53,1** **Węglowodany ogółem [g] 267,2** **Błonnik pokarmowy [g] 25,7**
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wafle ryżowe 2 szt	Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 672,4** **Białko ogółem [g] 57** **Tłuszcz [g] 43,9** **Węglowodany ogółem [g] 274,6** **Błonnik pokarmowy [g] 29,9**
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml (***1-GLU***) Chleb pszenny 80 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Tyrolska 40 g (***1-GLU***) Pomidor 40 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem i ziemniakami 300 ml (***1-GLU, 9-SEL***) Miruna pieczona z koperkiem 80 g (***4-RYB***) Sos koperkowo-cytrynowy b/ml 60 g 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-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 10 g Szynka zielonogórska 40 g (***1-GLU, 6-SOJ, 9-SEL, 10-GOR***) Pomidor 40 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (***1-GLU, 5-OZI, 8-OWŁ, 11-SEZ***) Masło roślinne 5 g Szynka bankietowa 20 g (***1-GLU***)	**Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 768,1** **Białko ogółem [g] 62** **Tłuszcz [g] 49,8** **Węglowodany ogółem [g] 280** **Błonnik pokarmowy [g] 30,8**

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Dussmann Polska sp. z o.o. Dora Metal
ul. Racjonalizacji 5, 02-673, Warszawa

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,