

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-02-21 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Poledwica drobiowa 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEZ)	Zupa pieczarkowa 300 ml (MLE, SEL) Dorsz zapiekany ze szpinakiem 110 g (MLE, RYB) Makaron orzo 170 g (GLU) Sos z pomidorów pelati 60 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 198,5 Białko ogółem [g] 71,5 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w majonezie z koperkiem 1 szt (JAJ) Poledwica drobiowa 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pieczarkowa 300 ml (MLE, SEL) Dorsz zapiekany ze szpinakiem 110 g (MLE, RYB) Makaron orzo 170 g (GLU) Sos z pomidorów pelati 60 g Surówka z marchwi, ananasa i kukurydzy 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 502,9 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 363,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ) Poledwica drobiowa 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukini 300 ml (MLE, SEL) Dorsz zapiekany ze szpinakiem b/ml 110 g (RYB) Makaron orzo 170 g (GLU) Sos z pomidorów pelati 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 493,4 Białko ogółem [g] 84,6 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 396 Błonnik pokarmowy [g] 33,9

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-21 piątek	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt ( <b>MLE, JAJ</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser żółty 20 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 20 g	Zupa pieczarkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Dorsz zapiekany ze szpinakiem 110 g ( <b>MLE, RYB</b> ) Makaron razowy 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z marchwi i jabłka b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos z pomidorów pelati 60 g	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 952,7 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 252,8 Błonnik pokarmowy [g] 46	
	Piaseczno Wątrob.-Tłuszcz.	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 60 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukini b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Dorsz zapiekany ze szpinakiem b/ml 110 g ( <b>RYB</b> ) Makaron orzo 170 g ( <b>GLU</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 473,4 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 381,2 Błonnik pokarmowy [g] 30,7
	Piaseczno Wzrodowa	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt ( <b>MLE, JAJ</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z cukini b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Dorsz zapiekany ze szpinakiem b/ml 110 g ( <b>RYB</b> ) Makaron orzo 170 g ( <b>GLU</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miodowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 447,8 Białko ogółem [g] 84 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 384,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jagodami 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa z cukini b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Dorsz zapiekany ze szpinakiem b/ml 110 g ( <b>RYB</b> ) Makaron orzo 170 g ( <b>GLU</b> ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos z pomidorów pelati 60 g	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 059,9 Białko ogółem [g] 67,7 Tłuszcz [g] 52,2 Węglowodany ogółem [g] 341,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,9	

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-21 piątek	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa z cukini b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Dorsz zapiekany ze szpinakiem b/ml 110 g ( <b>RYB</b> ) Makaron orzo 170 g ( <b>GLU</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Bukiet warzyw 3-skl. 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Hummus z suszonymi pomidorami 60 g Szynka miodowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 275,6 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 57,9 Węglowodany ogółem [g] 374,8 Błonnik pokarmowy [g] 37
	Piaseczno Płynna		Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 125,6 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 240,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-02-22 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka wielowarzywna 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 258,7 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 320,4 Błonnik pokarmowy [g] 27
	Piaseczno Podstawowa		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka wielowarzywna 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 271,9 Białko ogółem [g] 86,4 Tłuszcz [g] 75,9 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 28

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-22 sobota

Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Pieczeń wiedeńska 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa diet. 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 298,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 90,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 74 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 330,9 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,5
Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 140 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Pieczeń wiedeńska 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa selerowa z ziemniakami 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Potrawka drobiowa w paprykowym trio 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 80 g Surówka wielowarzywna 70 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 060,5 <b>Białko</b> ogółem [g] 79,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 77,7 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 259,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 47,5
Piaseczno Wątrob.-Tłuszk.	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Potrawka drobiowa diet. 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 270,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 91,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 70,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 331,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,6
Piaseczno Wizdowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Serek homogenizowany z koperkiem 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Potrawka drobiowa diet. 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 270,3 <b>Białko</b> ogółem [g] 91,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 70,4 <b>Węglowodany</b> ogółem [g] 331,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 28,6

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-22 sobota	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Potrawka drobiowa diet. 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańfior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szyńka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 1 940,7 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 52,5 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,5	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pieczeń wiedeńska 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa selerowa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Potrawka drobiowa diet. 100 g ( <b>SEL</b> ) Sos ziołowy b/ml 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańfior 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szyńka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szyńka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 1 906 Białko ogółem [g] 77,5 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 281,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,9
	Piaseczno Płynna	Rumianek 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2025-02-23 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Serek homogenizowany szt. 1 szt ( <b>MLE</b> )	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szyńka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 407,4 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 307,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,2	
	Piaseczno Podstawowa	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szyńka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szyńka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szyńkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 499,4 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 349,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,2

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-23 niedziela	Piaseczno Lekkostrawna		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 438,8 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 345,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,9	
	Piaseczno Cukrzykowa	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 20 g	Zupa koperkowa z ryżem brązowym 300 ml ( <b>SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos cebulowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Kasza pęczak 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,4 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 77,7 Węglowodany ogółem [g] 253,5 Błonnik pokarmowy [g] 45,6	
	Piaseczno Wątrob.-Tuzusik.	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 312 Błonnik pokarmowy [g] 27,9
	Piaseczno Wizodowa	Kakao 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 243,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 312 Błonnik pokarmowy [g] 27,9

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-23 niedziela	Piaseczno L Bezmieczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 038,6 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 55,3 Węglowodany ogółem [g] 312,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,8
	Piaseczno L Bezmieczna 4p.	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Szynka pieczona w sosie własnym 100 g Sos pietruszkowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 139,3 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 314,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikrowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 223,6 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 247,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-02-24 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Ryż brązowy na mleku 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus wiśniowy 200 g	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet pożarski z serem 100 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Kopytka 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Buraczki 80 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo warzywna 60 g ( <b>SEL</b> ) Polędwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 532,5 Białko ogółem [g] 95,6 Tłuszcz [g] 84,3 Węglowodany ogółem [g] 363,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,4
	Piaseczno Podstawowa	Ryż brązowy na mleku 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami i kielbasą 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Kotlet pożarski z serem 100 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Kopytka 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Buraczki 80 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo warzywna 60 g ( <b>SEL</b> ) Polędwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 609,4 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 364,2 Błonnik pokarmowy [g] 33

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-24, poniedziałek

Piaseczno Lekkostrawna	Ryż brązowy na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski z pieca 100 g (GLU, JAJ) Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Buraczki 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta drobiowo warzywna 60 g (SEL) Połędwica sopocka 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 608,9 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 383 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
Piaseczno Cukrzycowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (MLE) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Twarożek 60 g (MLE) Ogórek 20 g	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski z pieca 100 g (GLU, JAJ) Sos pieczeniowy 60 g (GLU) Kasza gryczana 170 g Surówka z rzepy białej 70 g (MLE, JAJ) Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Pasta drobiowo warzywna 60 g (SEL) Połędwica sopocka 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 069,7 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 77,6 Węglowodany ogółem [g] 243,3 Błonnik pokarmowy [g] 44,1
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Ryż brązowy na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Buraczki b/tłuszczu 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 270 Białko ogółem [g] 94,6 Tłuszcz [g] 66,2 Węglowodany ogółem [g] 336,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,4
Piaseczno Wrzodowa	Ryż brązowy na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml (GLU, SEL) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g (GLU) Kopytka 170 g (GLU, JAJ) Buraczki b/tłuszczu 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica sopocka 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 297,9 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 337,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,4



## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-24 poniedziałek	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus wiśniowy 200 g	Żurek z ziemniakami diet. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet pożarski z pieca 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Kopytka 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Buraczki 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta drobiowo warzywna 60 g ( <b>SEL</b> ) Polędwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 371,9 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 366,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,4	
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Ryż brązowy na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Żurek z ziemniakami diet. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Kotlet pożarski z pieca 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Kopytka 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Buraczki 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta drobiowo warzywna 60 g ( <b>SEL</b> ) Polędwica sopocka 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 455,4 Białko ogółem [g] 93 Tłuszcz [g] 72,8 Węglowodany ogółem [g] 369,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,2
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikrowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homog. słodzony kg 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2025-02-25 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki jęczmienne na mleku 350 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z pieczarkami 60 g ( <b>JAJ</b> ) Schab Benedykta 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa minestrone z łazankami 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Zraz schabowy z szynką 100 g ( <b>GLU, GOR</b> ) Ziemniaki 170 g Sos musztardowy 60 g ( <b>GLU, GOR</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g ( <b>MLE, JAJ, GOR</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 356,1 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,7	

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-25 wtorek

Placeczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna z pieczarkami 60 g (JAJ) Schab Benedykta 20 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami 300 ml (GLU, SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (GLU, GOR) Ziemniaki 170 g Sos musztardowy 60 g (GLU, GOR) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g (MLE, JAJ, GOR) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 505,7 Białko ogółem [g] 108,2 Tłuszcz [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 332,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
Placeczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna z brokułami 60 g (MLE, JAJ, GOR) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z lekkostrawna 300 ml (GLU, SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 570,9 Białko ogółem [g] 110,1 Tłuszcz [g] 93,5 Węglowodany ogółem [g] 336 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
Placeczno Cukrzykowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna z pieczarkami 60 g (JAJ) Schab Benedykta 20 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Pomidor 20 g	Zupa minestrone z makaronem pełnoziarnistym 300 ml (GLU, SEL) Zraz schabowy z szynką 100 g (GLU, GOR) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Kasza bulgur 170 g (GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Mizeria z ogórków kiszonych 70 g (MLE, JAJ, GOR) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 341,6 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 94,9 Węglowodany ogółem [g] 268,6 Błonnik pokarmowy [g] 48
Placeczno Wątrob.-Trzustk.	Platki jęczmienne na mleku 350 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Serek homogenizowany z koperkiem 60 g (MLE) Schab Benedykta 20 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml (GLU, SEL) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g (GLU) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Szynka piastowska 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 2 562 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 354,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,7

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-25 wtorek	Piaseczno Wzrostowa		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 550,9 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 352,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6
	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Mus jabłkowy 200 g	Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g ( <b>GLU</b> ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> )	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 330,1 Białko ogółem [g] 94,2 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 324,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,6
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa minestrone z łazankami lekkostrawna 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Zraz schabowy z szynką diet. 100 g ( <b>GLU</b> ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 329,3 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 191,6 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 98,4 Węglowodany ogółem [g] 239,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-26 środa	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g (MLE, GLU, JAJ)	Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Eskalopki z indyka 100 g (GLU) Sos morelowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałatka szwabska 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Schab Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 345 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 73,2 Węglowodany ogółem [g] 348 Błonnik pokarmowy [g] 31,2	
	Piaseczno Podstawowa	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Eskalopki z indyka 100 g (GLU) Ryż brązowy 170 g Sos morelowy 60 g Surówka z kapusty pekińskiej 70 g (JAJ) Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Gruszka 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 40 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Sałatka szwabska 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Schab Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 359,2 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 352,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Kasza jaglana na mleku 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Eskalopki z indyka 100 g (GLU) Ryż brązowy 170 g Sos morelowy 60 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 70 g Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU) Sałatka szwabska diet. 80 g (GLU, JAJ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 494,6 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 376,3 Błonnik pokarmowy [g] 33,6
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka miódowa z Dudy 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Jajko 1 szt (JAJ) Pomidor 20 g	Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Eskalopki z indyka 100 g (GLU) Ryż brązowy 170 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej b/c 70 g (MLE, JAJ) Szpinak 80 g (GLU) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Sałatka szwabska 80 g (MLE, GLU, JAJ, GOR) Schab Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 290,7 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 295,9 Błonnik pokarmowy [g] 49,8

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-26 środa

Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Kasza jaglana na mleku 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Eskalopki z indyka 100 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Sos morelowy 60 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 443,3 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 370,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g ( <b>MLE</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Eskalopki z indyka 100 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Sos morelowy 60 g Szpinak 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 60 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 443,3 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 370,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,7
Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Eskalopki z indyka 100 g ( <b>GLU</b> ) Sos morelowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 70 g Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 353,6 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 371 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka miódowa z Dudy 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowo-dynio wa z ziemniakami b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Eskalopki z indyka 100 g ( <b>GLU</b> ) Sos morelowy 60 g Ryż brązowy 170 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem lekka 70 g Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Sałatka szwabska diet. 80 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 314,2 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 357,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,1

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-26 środa	Piaseczno Płynna	Rumianek 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homogenizowany 100 g ( <b>MLE</b> )		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 255,6 Białko ogółem [g] 109 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2025-02-27 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy z jogurtem 150 ml ( <b>MLE</b> )	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 80 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Kompot owocowy 200 ml Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> )	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 235,2 Białko ogółem [g] 83,2 Tłuszcz [g] 92,5 Węglowodany ogółem [g] 276,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
	Piaseczno Podstawowa	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Ziemniaki 170 g Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Marchewka gotowana mini 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Sos grzybowy 60 g ( <b>MLE, GLU</b> )		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 467 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 102,1 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 25,3
	Piaseczno Lekkostrawna	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 506 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 334,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,7

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-27 czwartek

Piaseczno Cukrzykowa	Płatki żytnie na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa koperkowa z kaszą jęczmienną 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos grzybowy 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Kasza pęczak 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty kiszzonej b/c 70 g Kalafior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 169,2 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 99,3 Węglowodany ogółem [g] 239,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,3
Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab parowany 100 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana b/tuszczu 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 376,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
Piaseczno Wziodowa	Zacierka na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek bazyliowy 60 g ( <b>MLE</b> ) Szynka piastowska 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab parowany 100 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana b/tuszczu 150 g ( <b>GLU</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Połędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 478,9 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 376,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
Piaseczno L.Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 150 g	Zupa koperkowa z kaszą jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 001,3 Białko ogółem [g] 66,2 Tłuszcz [g] 74 Węglowodany ogółem [g] 279,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,9

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-27 czwartek	Piaseczno L Bezmielczna 4p.		Zupa koperkowa z kasza jaglaną 300 ml ( <b>SEL</b> ) Karkówka pieczona 100 g Sos majerankowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Paszтетowa drobiowa 50 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 106,5 Białko ogółem [g] 72,7 Tłuszcz [g] 78,8 Węglowodany ogółem [g] 287,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 223,6 Białko ogółem [g] 111,2 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 247,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-02-28 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Mus wiśniowy 200 g	Barszcz ukraiński 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Surówka czerwony collesław 70 g ( <b>JAJ</b> ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 60 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z łososiem 60 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Polędwica z warzywami JBB 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 414,4 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 71,9 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaseczno Podstawowa		Barszcz ukraiński 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pierogi ruskie II z okrasą 240 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Brokuły 80 g Surówka czerwony collesław 70 g ( <b>JAJ</b> ) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta jajeczna z łososiem 60 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Polędwica z warzywami JBB 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 547,6 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 364,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,7



## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-28 piątek

Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (GLU, SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (MLE, GLU, JAJ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna z lososiem 60 g (JAJ, RYB) Połędwica drobiowa 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 458,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 81,6 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Błonnik pokarmowy [g] 28
Piaseczno Cukrzycowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Mus truskawkowy bez cukru 60 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Pasta jajeczna z lososiem 60 g (JAJ, RYB) Połędwica z warzywami JBB 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 229 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 88,9 Węglowodany ogółem [g] 265,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,3
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (GLU, SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (MLE, GLU, JAJ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 474,1 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 388,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
Piaseczno Wizodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek wiejski z koperkiem 60 g (MLE) Schab Maryny 20 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml (GLU, SEL) Pierogi ruskie diet. II 240 g (MLE, GLU, JAJ) Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 474,1 Białko ogółem [g] 87,3 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 388,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,9

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-21 do dnia 2025-02-28 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-28 piątek	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus wiśniowy 200 g	Barszcz ukraiński diet. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt ( <b>GLU</b> ) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z łososiem 60 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 1 961,3 Białko ogółem [g] 68,1 Tłuszcz [g] 62,6 Węglowodany ogółem [g] 323,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Płatki jęczmienne na wodzie 250 g ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Barszcz ukraiński diet. 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Naleśniki z jabłkiem prażonym b/ml b/jaj 2 szt ( <b>GLU</b> ) Mus truskawkowy 60 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta jajeczna z łososiem 60 g ( <b>JAJ, RYB</b> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 101 Białko ogółem [g] 74,4 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 342,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,4
	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna mikrowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> ) Kompot owocowy 200 ml		Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 157,6 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 253 Błonnik pokarmowy [g] 20,8

### **Oznaczenia alergenów:**

- MLE* - Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą),
- GLU* - Zboża zawierające gluten, tj. pszenica (w tym orkisz i pszenica khorasan), żyto, jęczmień, owies lub ich odmiany hybrydowe, a także prod. pochodne,
- JAJ* - Jaja i produkty pochodne,
- OZI* - Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne,
- OWŁ* - Orzechy tj. migdały, laskowe, włoskie, nerkowca, pekan, brazylijskie, pistacje, makadamia lub Queensland, a także produkty pochodne.,
- SEL* - Seler i produkty pochodne,
- S02* - Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr,
- RYB* - Ryby i produkty pochodne,
- SKO* - Skorupiaki i produkty pochodne,
- MIE* - Mięczaki i produkty pochodne,
- SOJ* - Soja i produkty pochodne,
- GOR* - Gorczyca i produkty pochodne,
- SEZ* - Nasiona sezamu i produkty pochodne,
- ŁUB* - Łubin i produkty pochodne,