

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posilek nocny	SUMA
2025-02-11 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki owsiane 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) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mini muffiny 2 szt (MLE, GLU, JAJ)	Zupa jarzynowa z łazankami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g Surówka z rzepy białej 70 g (MLE, JAJ) Brokuły 80 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 60 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 350 Białko ogółem [g] 89,8 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 321,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,1
	Piaseczno Podstawowa	Platki owsiane 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) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Papryka 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z łazankami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Ziemniaki 170 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Surówka z rzepy białej 70 g (MLE, JAJ) Brokuły 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) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Ogórek 90 g Sałata lodowa 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] [kcal] 2 653,3 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 388,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki owsiane 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) Ser biały 80 g (MLE) Dżem 20 g Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z łazankami 300 ml (MLE, GLU, SEL) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g (MLE, GLU) Ziemniaki 170 g 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) Połędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata lodowa 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] [kcal] 2 723,8 Białko ogółem [g] 101 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 405,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,5

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-11 wtorek	Piaseczno Cukrzykowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 80 g ( <b>MLE</b> ) Papryka 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa jarzynowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Kasza pęczak 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z rzepy białej 70 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Brokuły 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> ) Polędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 218,5 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 266,5 Błonnik pokarmowy [g] 44,5	
	Piaseczno Wątrob.-Trzusk.	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Ser biały 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z łazankami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		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> ) Polędwica drobiowa 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] 2 708,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 407,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaseczno Wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Ser biały 80 g ( <b>MLE</b> ) Dżem 20 g Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa z łazankami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		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> ) Polędwica drobiowa 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] 2 708,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 407,5 Błonnik pokarmowy [g] 31,4
	Piaseczno L.Bezmleczna Dzieci	Płatki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Salata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Zupa jarzynowa z łazankami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWL, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Salata lodowa 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 310,8 Białko ogółem [g] 77,3 Tłuszcz [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 356 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-11 wtorek	Piaszczno L Bezmleczna 4p.		Zupa jarzynowa z łazankami b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Rolada drobiowa ze szpinakiem 100 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl. 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Połędwica drobiowa 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 Szynka konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 433,7 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 382 Błonnik pokarmowy [g] 31,8
	Piaszczno 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] 111,1 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 247,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-02-12 środa	Piaszczno Podstawowa Dzieci	Kisiel z jabłkiem 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sałatka z buraka 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 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 z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 454,5 Białko ogółem [g] 79,2 Tłuszcz [g] 101,9 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,5
	Piaszczno Podstawowa		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sałatka z buraka 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 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 z kotła Gustavus 40 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] 2 556,6 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 105,9 Węglowodany ogółem [g] 372,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,5

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-12 środa

Piaseczno Lekkostrawna	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g ( <b>JAJ</b> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sałatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 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 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 379,1 <b>Białko ogółem</b> [g] 84,4 <b>Tłuszcz</b> [g] 91,7 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 364,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,9
Piaseczno Cukrzycowa	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> ) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g ( <b>JAJ</b> ) Poledwica z warzywami JBB 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> ) Schab Benedykta 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kasza gryczana biała 170 g Sałatka z buraka b/c 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 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 z kotła Gustavus 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 123,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 78,9 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 262,2 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 45,6
Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Schab parowany 100 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-skl. 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 241,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 65 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 336,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,3
Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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 b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Schab parowany 100 g Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Bukiet warzyw 3-skl. 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	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 241,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 88,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 65 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 336,3 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 30,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-12 środa	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Platki żytnie na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z jabłkiem 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sałatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 100 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] 1 856,1 Białko ogółem [g] 81,4 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 267,4 Błonnik pokarmowy [g] 30	
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Platki żytnie na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta jajeczna ze szpinakiem 60 g ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa krupnik dyniowy z kaszy jęczmiennej 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Gulasz wieprzowy lekkostrawny 150 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Kluski śląskie 170 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sałatka z buraka diet. 70 g Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 100 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 Schab Benedykta 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 1 925,6 Białko ogółem [g] 87,9 Tłuszcz [g] 64,4 Węglowodany ogółem [g] 260,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,1
	Piaseczno Płynna	Herbata 1 szt Cukier 10 g Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Masło 10 g ( <b>MLE</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] 2 330,4 Białko ogółem [g] 109,1 Tłuszcz [g] 100 Węglowodany ogółem [g] 260,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2025-02-13 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 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> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalańtor 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 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> ) Kielbasa szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 176,7 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 67,6 Węglowodany ogółem [g] 313,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,8	

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-13 czwartek

Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 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> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa neapolitanka z makaronem 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Gołąbek po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalańior 80 g Surówka z marchwii z chrzanem 70 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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> ) Kielbasa szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 60 g ( <b>MLE, JAJ</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 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 303,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 96,5 <b>Tłuszcz</b> [g] 71,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 332,5 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,5
Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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> ) Kielbasa szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z serem diet. 60 g ( <b>MLE</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 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 360,3 <b>Białko ogółem</b> [g] 103,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 66,6 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 349,8 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,9
Piaseczno Cukrzykowa	Platki 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> ) Tyrolska 40 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> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 20 g	Zupa neapolitanka z makaronem razowym 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Pulpet drobiowy 100 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ryż brązowy 170 g Kalańior 80 g Surówka z marchwii z chrzanem b/c 70 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> ) Kielbasa szynkowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z serem 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 109,2 <b>Białko ogółem</b> [g] 89,1 <b>Tłuszcz</b> [g] 69,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 285,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 49,7
Piaseczno Wątrob. - Tłuszk.	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 konserwowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 233 <b>Białko ogółem</b> [g] 90 <b>Tłuszcz</b> [g] 60,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 346,1 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-13 czwartek	Piaseczno Wzrostowa		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 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 konserwowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta z kurczaka wędzonego z serem diet. 60 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 329 Białko ogółem [g] 103 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 347,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,3
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Mus truskawkowy 200 g	Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 020,6 Białko ogółem [g] 76,4 Tłuszcz [g] 49,4 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Błonnik pokarmowy [g] 35
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa grysikowa z lubczykiem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Pulpet po hiszpańsku drobiowy 100 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Sos z pomidorów pelati 60 g Ziemniaki 170 g Kalafor 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 120 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Kielbasa szynkowa 40 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 Schab Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 108,1 Białko ogółem [g] 83 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 333,2 Błonnik pokarmowy [g] 33,1
	Piaseczno Płynna		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		herbata owocowa 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
2025-02-14 piątek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa brokułowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Naleśniki z serem II 2 szt ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> ) Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g ( <b>MLE</b> ) 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> ) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 166 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 89,3 Węglowodany ogółem [g] 304,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-14 piątek

Pieczeniowo 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) Szynkowa 40 g (GLU) Papryka 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Szynka 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] 2 318,2 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 333,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,7
Pieczeniowo Lekkostrawna	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) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt (MLE, JAJ) Szynka Maryny 20 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 230,9 Białko ogółem [g] 79,7 Tłuszcz [g] 87,2 Węglowodany ogółem [g] 325,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,2
Pieczeniowo Cukrzykowa	Płatki żytnie na mleku 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynkowa 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) Szynka bankietowa 20 g (GLU) Papryka 20 g	Zupa brokułowa 300 ml (MLE, SEL) Naleśniki pełnoziarniste z serem b/cukru 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-wiśniowy 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Smalczyk z fasoli z jabłkiem i cebulką 60 g Szynka Maryny 20 g (GLU) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 351,4 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 286,3 Błonnik pokarmowy [g] 43,1
Pieczeniowo Wątrobowo - Tłuszk.	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) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,4 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 359,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5
Pieczeniowo Wrizodowa	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) Szynkowa 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa b/ml 300 ml (SEL) Naleśniki z serem II 2 szt (MLE, GLU, JAJ) Sos jogurtowo-truskawkowy 60 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 253,4 Białko ogółem [g] 74,9 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 359,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,5



## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-14 piątek	Piaseczno L Bezmielczna Dzieci	Platki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt	Mus mango 200 ml	Zupa brokułowa b/ml 300 ml ( <b>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 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 135,3 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 65,3 Węglowodany ogółem [g] 367,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,5	
	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Platki owsiane na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynkowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Rumianek 1 szt		Zupa brokułowa b/ml 300 ml ( <b>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 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Szynka 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 bankietowa 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 097,5 Białko ogółem [g] 66,3 Tłuszcz [g] 71,1 Węglowodany ogółem [g] 338,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8
	Piaseczno Plymna	Zupa mleczna mikrowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) Rumianek 1 szt		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] 2 117,7 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 243,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
2025-02-15 sobota	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kawa mleczna 250 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> ) Szynka piastowska 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kefir 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 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> ) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 079,9 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 282,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,4	
	Piaseczno Podstawowa	Kawa mleczna 250 g ( <b>MLE, GLU</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 piastowska 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skl. 80 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt Sos grzybowy 60 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Papryka 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> ) Serek wiejski 50 g ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 237,3 Białko ogółem [g] 104,3 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,8

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-15 sobota	Piaseczno Lekkostrawna	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml (MLE, SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 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) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 279,3 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 76,1 Węglowodany ogółem [g] 306 Błonnik pokarmowy [g] 29,6	
	Piaseczno Cukrzycowa	Kawa mleczna bez cukru 250 g (MLE, GLU) Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300 ml (SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Kasza orkiszowa 170 g Sos grzybowy 60 g (MLE, GLU) Ogórek kiszony 70 g Bukiet warzyw 3-skt. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Papryka 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 916,9 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 225 Błonnik pokarmowy [g] 45,6
	Piaseczno Wątrob.-Tzjusik.	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 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	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,8 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno Wzrodowa	Kawa mleczna 250 g (MLE, GLU) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko pieczone 1 szt		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Bułka wrocławska 20 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	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło 5 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 313,8 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 75,6 Węglowodany ogółem [g] 317,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,6
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ)	Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml (SEL) Bitka schabowa 100 g (GLU) Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Sos jarzynowy 60 g (GLU, SEL)	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 120 g (GLU, OZI, OWL, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 034,9 Białko ogółem [g] 91,8 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 293,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,2

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-15 sobota	Piaseczno L Bezmielczna 4p.	Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka piastowska 60 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa pomidorowa z ryżem b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Bitka schabowa 100 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Sos jarzynowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Bukiet warzyw 3-skt. 150 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		Chleb pszenny 130 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka tostowa drobiowa Cedrob 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 Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 158,1 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 307,7 Błonnik pokarmowy [g] 32
	Piaseczno Płynna	Herbata 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	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
2025-02-16 niedziela	Piaseczno Podstawowa Dzieci	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 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Krucze ciastka 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml	Pomarańcza 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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 2 578 Białko ogółem [g] 101,2 Tłuszcz [g] 99,1 Węglowodany ogółem [g] 331,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,7
	Piaseczno Podstawowa	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 60 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Surówka z pora (z olejem rzepakowym) 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy 200 ml Pomarańcza 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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 455 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 322,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4
	Piaseczno Lekkostrawna	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 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> ) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ziemniaki 170 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 20 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 80 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 438,2 Białko ogółem [g] 105,6 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,2

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-16 niedziela	Piaseczno Cukrzykowa	Kakao bez cukru 250 g (MLE) Chleb razowy 120 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 5 g (MLE) Ser biały 50 g (MLE) Ogórek 20 g	Zupa selerowa z kaszą bulgur 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Kasza gryczana biała 170 g Surówka z pora (z olejem) b/c 70 g Fasolka gotowana 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomarańcza 1 szt	Chleb razowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, SEZ) Masło 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Ogórek 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 249,3 Białko ogółem [g] 104,6 Tłuszcz [g] 89,5 Węglowodany ogółem [g] 254,8 Błonnik pokarmowy [g] 42,7
	Piaseczno Wątrob.-Trzusiek.	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Mus truskawkowy 200 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,9 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno Wzrodowa	Kakao 250 g (MLE) Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Mus truskawkowy 200 g		Chleb pszenny 80 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło 15 g (MLE) Ser biały 80 g (MLE) Pomidor b/ skórki 100 g Rumianek 1 szt	Jogurt owocowy 150g 1 szt (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,9 Białko ogółem [g] 105 Tłuszcz [g] 82,1 Węglowodany ogółem [g] 314,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,2
	Piaseczno L Bezmleczna Dzieci	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Mus truskawkowy 200 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml	Jabłko 1 szt	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 069 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 67,9 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Błonnik pokarmowy [g] 31
	Piaseczno L Bezmleczna 4p.	Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Bułka wrocławska 20 g (MLE, GLU, JAJ, SOJ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 60 g (GLU) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Rosół z makaronem 300 ml (GLU, SEL) Udziec kurczaka pieczony z/k 150 g Sos bazyliowy 60 g (GLU) Ziemniaki 170 g Szpinak 150 g (GLU) Kompot owocowy 200 ml Jabłko 1 szt		Chleb pszenny 100 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 15 g Polędwica drobiowa 40 g (GLU) Pomidor 90 g Sałata 10 g Rumianek 1 szt	Chleb pszenny 50 g (GLU, OZI, OWŁ, SEZ) Masło roślinne 5 g Szynka konserwowa 20 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 211,4 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 73,6 Węglowodany ogółem [g] 305,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-16 niedziela	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata 1 szt Cukier 10 g		Kompot owocowy 200 ml Mix obiad kolacja 1 000 ml ( <b>SEL</b> )		Rumianek 1 szt Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 117,7 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 243 Błonnik pokarmowy [g] 20,8	
2025-02-17 poniedziałek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel z wiśniami 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 80 g Surówka z kapusty z ogórkiem i kukurydzą 70 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 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> ) Sałatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,5 Białko ogółem [g] 86,2 Tłuszcz [g] 76,4 Węglowodany ogółem [g] 345,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,6	
	Piaseczno Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 80 g Surówka z kapusty z ogórkiem i kukurydzą 70 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		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> ) Sałatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 538,3 Białko ogółem [g] 98,3 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 362,6 Błonnik pokarmowy [g] 34
	Piaseczno Lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa ziemniaczanka z dynią 300 ml ( <b>SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		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> ) Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 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> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,9 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 326,5 Błonnik pokarmowy [g] 30
	Piaseczno Cukrzycowa	Płatki owsiane na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Tyrolska 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 20 g	Zupa z zielonego groszku po florencku 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka z kapusty z ogórkiem b/c 70 g Kalańior 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 100 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Sałatka jarzynowa 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 198,2 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 260,6 Błonnik pokarmowy [g] 48,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-17 poniedziałek	Piaseczno Wątrob.-Tzusk.		Zupa ziemniaczanka z dynią 300 ml ( <b>SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g 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> ) Rolada z kurczakiem Duda 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 z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 147,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno Wzrodowa		Zupa ziemniaczanka z dynią 300 ml ( <b>SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g 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> ) Rolada z kurczakiem Duda 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 z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 147,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 323,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,6
	Piaseczno L.Bezmleczna Dzieci	Kisiel z wiśniami 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa ziemniaczanka z dynią 300 ml ( <b>SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 1 szt	Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 078,1 Białko ogółem [g] 77,3 Tłuszcz [g] 58,1 Węglowodany ogółem [g] 323,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,3
	Piaseczno L.Bezmleczna 4p.		Zupa ziemniaczanka z dynią 300 ml ( <b>SEL</b> ) Medalion drobiowy z puree z marchewki 100 g Kasza jęczmienna 170 g ( <b>GLU</b> ) Kalańior 150 g Kompot owocowy 200 ml Banan 1 szt		Chleb pszenny 100 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 15 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna 80 g ( <b>JAJ, SEL</b> ) Rolada z kurczakiem Duda 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 z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 142,9 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,9
	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] 2 144,6 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 90 Węglowodany ogółem [g] 247,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,8

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-18 wtorek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 1 szt ( <b>MLE</b> )	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml	Banan 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> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 410,3 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 340,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,6
	Piaseczno Podstawowa	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt		Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 80 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem 70 g Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		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> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 369,2 Białko ogółem [g] 97,9 Tłuszcz [g] 82,6 Węglowodany ogółem [g] 321,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3
	Piaseczno Lekkostrawna	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> ) Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Ziemniaki 170 g Brokuły 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> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 531,9 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 72,9 Węglowodany ogółem [g] 387,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,2
	Piaseczno Cukrzycowa	Platki 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> ) Ser żółty 40 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 20 g	Zupa szczawiowy krupnik z kaszą pęczak 300 ml ( <b>MLE, GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi 60 g ( <b>MLE, GLU</b> ) Kasza gryczana 170 g Surówka z kapusty czerwonej b/c 70 g Brokuły 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 1 970,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 227 Błonnik pokarmowy [g] 38,7

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-18 wtorek

Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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 biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 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 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 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] 2 375 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 68,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 360,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,5
Piaseczno Wrzodowa	Kasza manna na mleku 250 ml ( <b>MLE, GLU</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 biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 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 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Polędwica sopocka 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] 2 375 <b>Białko ogółem</b> [g] 93,9 <b>Tłuszcz</b> [g] 68,5 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 360,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 31,5
Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Płatki żytnie na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Mus jabłkowy 200 g	Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g 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 roślinne 15 g Polędwica sopocka 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata 10 g Brokuły 150 g Cukier 10 g		<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 395,9 <b>Białko ogółem</b> [g] 83,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 61,1 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 398,7 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 33,9
Piaseczno L. Bezmleczna 4p.	Płatki żytnie na wodzie 250 ml ( <b>GLU</b> ) Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Szynka biała z indyka Łukosz 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Zupa kalafiorowa z kaszą bulgur b/ml 300 ml ( <b>GLU, SEL</b> ) Udziki z kurczaka pieczone z mandarynkami 150 g Sos jasny z ziołami prowansalskimi b/ml b/gl 60 g Ziemniaki 170 g Brokuły 150 g 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 roślinne 15 g Polędwica sopocka 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 Szynka biała z indyka Łukosz 20 g ( <b>GLU</b> )	<b>Wartość energetyczna</b> [kcal] 2 392,5 <b>Białko ogółem</b> [g] 91,6 <b>Tłuszcz</b> [g] 62,4 <b>Węglowodany ogółem</b> [g] 379,6 <b>Błonnik pokarmowy</b> [g] 32,5



## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-18 wtorek	Piaseczno Płynna	Zupa mleczna miksowana 400 ml ( <b>MLE, GLU</b> ) Serek homogenizowany waniliowy 100 g ( <b>MLE</b> ) herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	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] 2 257,6 Białko ogółem [g] 109,3 Tłuszcz [g] 91,7 Węglowodany ogółem [g] 260,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,8
	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )  Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Surówka collestaw 70 g ( <b>JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Kompot owocowy 200 ml	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> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,6 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 333,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,7
2025-02-19 środa	Piaseczno Podstawowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Pierogi z mięsem II z okrasą 220 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Surówka collestaw 70 g ( <b>JAJ</b> ) Kompot owocowy 200 ml Kiwi 1 szt		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> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 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> ) Tyrolska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 552,5 Białko ogółem [g] 106,8 Tłuszcz [g] 87,8 Węglowodany ogółem [g] 340,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8
	Piaseczno Lekkostrawna	Platki jęczmienne na mleku 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> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem diet. 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Zupa jarzynowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) pierogi z mięsem II diet. 220 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 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> ) Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 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> ) Tyrolska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 859,6 Białko ogółem [g] 112,4 Tłuszcz [g] 90,4 Węglowodany ogółem [g] 408,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-19 środa

Piaseczno Cukrzycowa	Platki 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> ) Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Pasta twarogowo jajeczna z jabłkiem i słonecznikiem prażonym 60 g ( <b>MLE, JAJ</b> ) Papryka 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 20 g	Zupa ogórkowa 300 ml ( <b>MLE, SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Kasza bulgur 170 g ( <b>GLU</b> ) Surówka collestaw b/c 70 g ( <b>JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 80 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml Sos potrawkowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> )	Kiwi 1 szt	Chleb razowy 120 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Ogórek kiszony 90 g Sałata 10 g Herbata 1 szt	Wartość energetyczna[kcal] 2 098,8 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 268,3 Błonnik pokarmowy [g] 48,8	
Piaseczno Wątrob.-Tłuszcz.	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Sos potrawkowy 60 g ( <b>GLU, SEL</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g 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> ) 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> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 463,8 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 396,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
Piaseczno Wrzodowa	Platki jęczmienne na mleku 250 g ( <b>MLE, GLU</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> ) Połędwica drobiowa 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) Filet z kurczaka pieczony 100 g Ziemniaki 170 g Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Sos potrawkowy 60 g ( <b>GLU, SEL</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> ) 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> ) Szynka Maryny 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 463,8 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 396,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,1
Piaseczno L. Bezmleczna Dzieci	Platki 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 Połędwica drobiowa 20 g ( <b>GLU</b> ) Jajko 1 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 70 g Sałata 30 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Kisiel 200 ml ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> )	Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) pierogi z mięsem II diet. 220 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kiwi 1 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 40 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 20 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 100 g Sałata 10 g Herbata 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 395,5 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 77 Węglowodany ogółem [g] 338,8 Błonnik pokarmowy [g] 30,1	

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-19 środa	Piaseczno L Bezmleczna 4p.		Zupa jarzynowa b/ml 300 ml ( <b>SEL</b> ) pierogi z mięsem II diet. 220 g ( <b>GLU, JAJ</b> ) Bukiet warzyw 3-ski. 150 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 roślinne 15 g Pasta z soczewicy czerwonej diet. 60 g ( <b>ŁUB</b> ) Szynka z kotła Gustavus 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 Tyrolska 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 613,8 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 82,7 Węglowodany ogółem [g] 372,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,2
	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] 2 225,6 Białko ogółem [g] 111,4 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 247,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,5
2025-02-20 czwartek	Piaseczno Podstawowa Dzieci	Jogurt naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> )	Krem z dyni 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka gotowana mini 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g		Wartość energetyczna[kcal] 2 030,2 Białko ogółem [g] 79 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 293,7 Błonnik pokarmowy [g] 25,5
	Piaseczno Podstawowa		Krem z dyni 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Surówka z papryki z olejem 70 g Marchewka gotowana mini 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 102,2 Białko ogółem [g] 79,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 309,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,8

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-20 czwartek	Piaseczno Lekkostrawna		Krem z dyni b/pestek sionecznika 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Marchewka gotowana mini 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 236,5 Białko ogółem [g] 84,7 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 345,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,3	
	Piaseczno Cukrzycowa	Chleb razowy 50 g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEZ</b> ) Masło 5 g ( <b>MLE</b> ) Ser biały 50 g ( <b>MLE</b> ) Ogórek 20 g	Krem z dyni 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Surówka z papryki z olejem b/cukru 70 g Szpinak 80 g ( <b>GLU</b> ) 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Papryka 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt		Wartość energetyczna[kcal] 1 959 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 244,3 Błonnik pokarmowy [g] 46,8	
	Piaseczno Wątrob.-Trzustk.	Kasza jaglana na mleku 250 g ( <b>MLE</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 tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek sionecznika 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 351 Błonnik pokarmowy [g] 28,3
	Piaseczno Wrzodowa	Kasza jaglana na mleku 250 g ( <b>MLE</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 tostowa drobiowa Cedrob 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g Herbata 1 szt Cukier 10 g		Krem z dyni b/pestek sionecznika 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Jabłko 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> ) Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor b/ skórki 100 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Jogurt owocowy 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 274,9 Białko ogółem [g] 86,3 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 351 Błonnik pokarmowy [g] 28,3

## Jadłospisy za okres od dnia 2025-02-11 do dnia 2025-02-20 KUCHNIA GŁÓWNA

2025-02-20 czwartek	Piaszczno L Bezmielczna Dzieci	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</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	Herbatniki 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ</b> )	Krem z dyni b/pestek sonecznika 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml	Mandarynka 2 szt	Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Wartość energetyczna[kcal] 2 211,9 Białko ogółem [g] 77,7 Tłuszcz [g] 56,1 Węglowodany ogółem [g] 357,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,9	
	Piaszczno L Bezmielczna 4p.	Kasza jaglana na wodzie 250 g Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</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		Krem z dyni b/pestek sonecznika 300 ml ( <b>SEL</b> ) Schab pieczony z morelą 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g ( <b>GLU</b> ) Ryż brązowy 170 g Marchewka gotowana mini 150 g Kompot owocowy 200 ml Mandarynka 2 szt		Chleb pszenny 80 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Bułka wrocławska 50 g ( <b>MLE, GLU, JAJ, SOJ</b> ) Masło roślinne 15 g Schab Maryny 40 g ( <b>GLU</b> ) Pomidor 90 g Sałata lodowa 10 g herbata owocowa 1 szt Cukier 10 g	Chleb pszenny 50 g ( <b>GLU, OZI, OWŁ, SEZ</b> ) Masło roślinne 5 g Szynka miodowa z Dudy 20 g ( <b>GLU</b> )	Wartość energetyczna[kcal] 2 184,3 Białko ogółem [g] 80,7 Tłuszcz [g] 57,5 Węglowodany ogółem [g] 343,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,9
	Piaszczno Plymna	Zupa mleczna miksowana 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

### **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,