

poniedziałek 06.05

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; kanapka z pieczywa razowego z sałatą, szynką drobiową i pomidorem; ogórek do chrupania; herbata z cytryną (1, 7, 10)

zupa: pomidorowa

drugie danie: makaron z serem i truskawkami z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: makaron z serem i truskawkami z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie bezmleczne: makaron z musem truskawkowym; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

deser: wafel ryżowy

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: gofry z dżemem lub cukrem pudrem; sok lub woda mineralna

wtorek 07.05

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z sałatą, serem żółtym i papryką; papryka do chrupania; herbata owocowa (1, 3, 7)

zupa: ogórkowa

drugie danie: pierś kurczaka pieczona; dip koperkowy; kasza bulgur; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: kotlet z warzyw i sera pleśniowego; dip koperkowy; kasza bulgur; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: pierś kurczaka pieczona; kasza bulgur; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 7)

deser: kruche ciastko

napój: sok; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: wafel ryżowy z kremem czekoladowym; herbata malinowa

środa 08.05

śniadanie: zupa mleczna; jajko na twardo; kanapka z masłem; ogórek do chrupania; kakao; (1, 3, 7)

zupa: barszcz ukraiński

drugie danie: gulasz z indyka z warzywami; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: gulasz warzywny z tofu; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: gulasz z indyka z warzywami; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: naleśniki z białym serem i jogurtem; herbata z cytryna lub woda mineralna

czwartek 09.05

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; rzodkiewka do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: krupnik (1, 9)

drugie danie: kotlet mielony; ziemniaki; marchewka z groszkiem na ciepło + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: medalion z buraków, ze słonecznikiem i sezamem; ziemniaki; marchewka z groszkiem na ciepło + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: kotlet mielony; ziemniaki; marchewka z groszkiem na ciepło + druga surówka do wyboru

deser: budyń

napój: woda mineralna z cytryną; sok

podwieczorek: kanapka z żółtym serem; kruche ciastko; woda mineralna z cytryną

piątek 10.05

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z masłem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: fasolowa

drugie danie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie bezmleczne: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

deser: galaretka

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: baton zbożowy; owoc; kakao lub woda mineralna

poniedziałek 13.05

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; chałka z konfiturą owocową ; kakao (1, 7)

zupa: kapuśniak (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: makaron z pomidorami pelati i ziołami; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

deser: kruche ciastko (1, 3, 7)

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z masłem, pastą jajeczną i ogórkiem; wafelek śmietankowy; herbata z cytryną

wtorek 14.05

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z masłem, kiełbasą szynkową i pomidorem; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: grochowa (9)

drugie danie: pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym; kasza pęczak; surówka z kapusty pekińskiej

drugie danie wegetariańskie: kotlet jajeczny; kasza pęczak; surówka z kapusty pekińskiej

drugie danie bezmleczne: pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym; kasza pęczak; surówka z kapusty pekińskiej

deser: biszkopty (1, 3,)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: gofry z dżemem lub cukrem pudrem; herbata malinowa; woda mineralna

środa 15.05

śniadanie: zupa mleczna; parówki z wody; kajzerka z masłem; warzywa do chrupania; herbata owocowa

zupa: pomidorowa

drugie danie: kotlet mielony; kasza bulgur; mizeria na sałacie

drugie danie wegetariańskie: jajko sadzone na grillowanych warzywach; kasza bulgur; mizeria na sałacie

drugie danie bezmleczne: kotlet mielony; kasza bulgur; mizeria na sałacie

deser: wafel kakaowy (1, 3, 7)

napój: woda mineralna z cytryną; herbata owocowa

podwieczorek: galaretka z bita śmietaną; biszkopty; sok lub woda mineralna

czwartek 16.05.

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z masłem, żółtym serem i ogórkiem; kakao

zupa: koperkowa

drugie danie: gulasz wieprzowy po węgierski; kasza kuskus; biała kapusta z marchewką i kukurydzą

drugie danie wegetariańskie: gulasz warzywny po węgierski; kasza kuskus; biała kapusta z marchewką i kukurydzą

drugie danie bezmleczne: gulasz wieprzowy po węgierski; kasza kuskus; biała kapusta z marchewką i kukurydzą

deser: kisiel

napój: woda mineralna z cytryną; kompot

podwieczorek: chałka z kremem czekoladowym; mleko

piątek 17.05

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z masłem, kiełbasą szynkową i pomidorem; herbata z cytryną; (1, 3, 7)

zupa: grochowa (7, 9)

drugie danie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa (7)

drugie danie wegetariańskie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa (7)

drugie danie bezmleczne: ryż z jabłkami; sałatka owocowa

deser: galaretka

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: baton zbożowy; owoce; sok lub woda mineralna

poniedziałek 20.05

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; kanapka z pieczywa razowego z pasztetem i pomidorem, ogórek kwaszony; papryka do chrupania; herbata z cytryną (1, 7, 10)

zupa: kalafiorowa (7, 9)

drugie danie: udzik z kurczaka z rozmarynem; kasza kuskus; surówka z tartej marchewki i jabłek (1)

deser: ciastka cynamonowe

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: chrupki kukurydziane Sante; serek waniliowy (7)

wtorek 21.05

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z pieczywa razowego, ogórek, papryka ; warzywa do chrupania; kakao (1, 3, 7)

zupa: żurek (1, 7, 9)

drugie danie: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos koperkowy; ziemniaki; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek:

środa 22.05

śniadanie: frankfurterki z wody, sos pomidorowy; kanapka z 1/2 bułki pszennej z masłem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7, 10)

zupa: fasolowa (9)

drugie danie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: kisiel

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek:

czwartek 23.05

śniadanie: owsianka na mleku z bananami; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; marchewka do chrupania; herbata owocowa (1, 7)

zupa: krem z dyni (9)

drugie danie: kotlet schabowy; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 10)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: Granola baton owsiany z czekoladą; woda mineralna

piątek 24.05

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; kakao (1, 3, 7)

zupa: pomidorowa z makaronem (1, 9)

drugie danie: paluszki rybne z fileta z mintaja w kukurydzianej panierce; ryż; surówka z kiszanej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)

deser: galaretki

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek:

poniedziałek 27.05

śniadanie: naleśniki z konfiturą owocową (bm/bg) ; brzoskwinia; herbata z cytryną

zupa: z soczewicy (9)

drugie danie: makaron z kurczakiem i sosem szpinakowym; surówka z tartej marchewki i jabłek

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek:

wtorek 28.05

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; jajecznica; warzywa do chrupania; herbata owocowa (7)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kwaszonym i pestkami dyni (7)

deser: owoc

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek:

środa 29.05

śniadanie: domowa zapiekanka z serem mozzarella i szynką, z sosem pomidorowo-bazyliowym; warzywa do chrupania; herbata owocowa; kakao (1, 7)

zupa: rosół z makaronem i marchewką (1, 3, 9)

drugie danie: pierogi z mięsem, z wody; bukiet warzyw (1, 3)

deser: jabłko

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek:

piątek 31.05

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z 1/2 bułki pszennej z masłem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: pomidorowa (1, 3, 7, 9)

drugie danie: naleśniki z dżemem niskosłodzonym lub białym serem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: kruche ciastko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: