

poniedziałek 06.11

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki z sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem ; rzodkiewka do chrupania; papryka do chrupania; kakao; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: fasolowa (9)

drugie danie: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos pieczeniowy; kasza pęczak; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 7, 10)

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej dyni z marchewką; dip pietruszkowy; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (1, 3, 7)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: mleko smakowe; herbatniki (7)

wtorek 07.11

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata owocowa; kakao (1, 3, 7)

zupa: jarzynowa (7, 9)

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

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

deser: wafel ryżowy

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: serek waniliowy ; biszkopty (7)

środa 08.11

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; papryka do chrupania; herbata z cytryną (1, 3, 7)

zupa: barszcz ukraiński (7, 9)

drugie danie: pierś kurczaka pieczona; dip koperkowy; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (7)

drugie danie wegetariańskie: medalion z buraka ze słonecznikiem i sezamem; kasza kuskus; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (1, 3, 11)

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: ba, sok

czwartek 09.11

śniadanie: jajko na twardo; kanapka z 1/2 bułki pszennej z masłem; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; ogórek do chrupania; kakao; herbata z cytryną (1, 3, 7)

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

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

drugie danie wegetariańskie: gulasz warzywny z tofu; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (6)

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: Be Raw baton owocowy ; sok (5, 11)

piątek 10.11

śniadanie: parówka z wody, sos pomidorowy; kanapka z pieczywa razowego, pomidor, rzodkiewka; ogórek do chrupania; kakao; herbata z cytryną (1, 7, 10)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

drugie danie: kluski leniwe z tartą bułką i masłem; surówka z tartej marchewki, z ananasem (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: kluski leniwe z tartą bułką i masłem; surówka z tartej marchewki, z ananasem (1, 3, 7)

deser: galaretka

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: sok; snacki kukurydziane Sante