

wtorek 02.01

śniadanie: kasza manna na mleku; tost z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: jarzynowa (7, 9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: : makaron z sosem bolognese; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: mus owocowy; biszkopty; sok lub woda mineralna

środa 03.01

śniadanie: parówki z wody z sosem pomidorowym; kanapka z masłem, ogórek, papryka; marchewka do chrupania; herbata owocowa; (7, 10)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru (7)

drugie danie wegetariańskie: placki ziemniaczane; dip koperkowy; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem, szynka i pomidorem; kruche ciastka; herbata owocowa lub woda mineralna

czwartek 04.01

śniadanie: kanapka z masłem, sałatą, kielbasą żywiecką i ogórkiem; kakao; herbata z cytryną; jajko na twardo; papryka do chrupania (1, 3, 7)

zupa: grochowa (9)

drugie danie: pierś kurczaka w płatkach kukurydzianych; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: kotlet z siekanego jajka ze szczypiorkiem; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: pierś kurczaka w płatkach kukurydzianych; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: kluski leniwe z masłem, tarta bułką i cukrem; herbata z cytryna lub woda mineralna

piątek 05.01

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z masłem i z pastą twarogową, z ogórkiem; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

drugie danie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa+ druga surówka do wyboru (7)

drugie danie wegetariańskie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa+ druga surówka do wyboru (7) ryż z jabłkami; sałatka owocowa+ druga surówka do wyboru (7)

drugie danie bezmleczne: ryż z jabłkami, sałatka owocowa+ druga surówka do wyboru (7) ryż z jabłkami; sałatka owocowa+ druga surówka do wyboru

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z masłem, żółtym serem i pomidorem; wafelek śmietankowy; sok lub woda mineralna

poniedziałek 08.01

śniadanie: kasza manna na mleku; chałka z konfiturą owocową ; herbata z cytryną (1, 7)

zupa: warzywna zaprawiana pomidorami (9)

drugie danie: makaron z kurczakiem, z warzywami ; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem+ druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: makaron z warzywami; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem+ druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: makaron z kurczakiem, z warzywami ; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem+ druga surówka do wyboru

deser: kruche ciastko (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: jogurt z chrupkami czekoladowymi; herbatniki maślane; herbata owocowa lub woda mineralna

wtorek 09.01

śniadanie: frankfurterki z wody, sos pomidorowy; kajzerka z masłem, ogórek, papryka ; kakao (1, 7, 10)

zupa: pomidorowa (7, 9)

drugie danie: pierś kurczaka pieczona; dip koperkowy; kasza kuskus; surówka z białej kapusty z kukurydzą+ druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: medalion z kaszy jaglanej ze szpinakiem i ziarnami słonecznika; surówka z białej kapusty z kukurydzą+ druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: pierś kurczaka pieczona; kasza kuskus; surówka z białej kapusty z kukurydzą+ druga surówka do wyboru

deser: wafel ryżowy

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: gofry z konfitura wiśniowa lub cukrem pudrem; herbata z cytryn a lub woda mineralna

środa 10.01

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z masłem, szynką i pomidorem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną (1, 3, 7)

zupa: żurek (1, 7, 9)

drugie danie: kotlet mielony; ryż; fasolka szparagowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej dyni; ryż; fasolka szparagowa + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: kotlet mielony; ryż; fasolka szparagowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

deser: owoc

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: serek waniliowy; chrupki kukurydziane; sok lub woda mineralna (7)

czwartek 11.01

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z 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 + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: tortilla z serem camembert i warzywami; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: kotlet schabowy; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

deser: budyń (7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: Granola baton owsiany z czekoladą; owoc; sok lub woda mineralna

piątek 12.01

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

zupa: barszcz ukraiński (1, 3, 7, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: makaron z truskawkami i jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: makaron z truskawkami; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem, pasztetem i pomidorem; kruche ciastka; herbata malinowa lub woda mineralna