

poniedziałek 02.10

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; chałka z masłem i konfiturą owocową; herbata z cytryną; (1, 7)

zupa: krem porowo-ziemniaczany (9)

drugie danie: kotlet drobiowy siekany; ziemniaki; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: placki ziemniaczane z serkiem twarogowym; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru

deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)

napój: kompot śliwkowy

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

wtorek 03.10

śniadanie: jajka na twardo; kanapka z masłem szynką i papryką; ogórek do chrupania; kakao; (1, 3, 7)

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

drugie danie: gulasz drobiowy z warzywami; kopytka ; surówka z tartej marchewki ze śmietaną + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: gulasz z wielowarzywny; kopytka ; surówka z tartej marchewki ze śmietaną + druga surówka do wyboru

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: racuchy z jabłkami z cukrem pudrem; herbata z cytryną lub woda mineralna (1, 3, 7)

środa 04.10

śniadanie: parówki z wody, sos pomidorowy; kajzerka z masłem; ogórek i papryka ; herbata owocowa (1, 7, 10)

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

drugie danie: bitka wieprzowa w sosie własnym; kasza gryczana; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: curry z ciecierzycy z warzywami; kasza gryczana; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru

deser: jabłko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem i pasta jajeczną; kruche ciastko; herbata z cytryną lub woda mineralna

czwartek 05.10

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z sałatą, kielbasą żywiecką i ogórkiem ; rzodkiewka do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: fasolowa (9)

drugie danie: polędwiczki z kurczaka w sosie śmietanowym z natką pietruszki; kasza kuskus; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 7, 9)

drugie danie wegetariańskie: lasagne z duszonymi warzywami i sosem beszamelowym; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

deser: kisiel

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: baton granola owsiany z miodem; owoc; herbata lub woda mineralna

piątek 06.10

śniadanie: serek wiejski; kanapka z masłem, szynką, sałatą lodową i papryką ; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: jarzynowa (7, 9)

drugie danie: makaron z musem truskawkowo-jogurtowym; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: makaron z musem truskawkowo-jogurtowym; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: galaretka

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: serek waniliowy; biszkopty; herbata; woda mineralna (7)

poniedziałek 09.10

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; kanapka z masłem, 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 + druga surówka do wyboru (1)

drugie danie wegetariańskie: kaszotto z ciecierzycą i warzywami; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

deser: kruche ciasko

napój: woda mineralna

podwieczorek: galaretka z owocami i bitą śmietaną, herbatniki; sok lub woda mineralna

wtorek 10.10

śniadanie: jajecznica na maśle; kajzerka z masłem; ogórek i papryka do chrupania; herbata z cytryną; (1, 3, 7)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: medalion z brokułowi sera mozzarella z sosem koperkowym; ziemniaki; mizeria na sałacie lodowej + druga surówka do wyboru

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: mleko smakowe; banan; kruche ciastko (7)

środa 11.10

śniadanie: frankfurterki z wody, sos pomidorowy; kajzerka z masłem; warzywa do chrupania; kakao (1, 7, 10)

zupa: barszcz czerwony zabieleny (7, 9)

drugie danie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; marchewka z brzoskwiniami (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: naleśniki z białym serem, z jogurtem; marchewka z brzoskwiniami (1, 3, 7)

deser: kisiel

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

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

czwartek 12.10

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z masłem i słodkim twarożkiem; marchewka do chrupania; herbata owocowa (1, 7)

zupa: zupa z ciecierzycy

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

drugie danie wegetariańskie: racuchy z gotowanych ziemniaków z duszonymi warzywami; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

deser: wafelki waniliowe (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

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

piątek 13.10

śniadanie: serek waniliowy; kajzerka z masłem; owoc do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: ogórkowa (1, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: ratatulle warzywne z soczewicą; ryż; surówka z kiszonej kapusty, z marchewką i jabłkiem + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem, szynką i pomidorem; kruche ciastko; herbata malinowa lub woda mineralna

poniedziałek 16.10

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; marchewka do chrupania; herbata z cytryną; (1, 7)

zupa: kapuśniak (9)

drugie danie: kotlet mielony; ziemniaki; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: medalion ryżowo-serowy; ziemniaki; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

deser: wafel ryżowy

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: serek waniliowy; biszkopty; sok lub woda mineralna

wtorek 17.10

śniadanie: granola z mlekiem; kanapka z masłem, 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; kasza kuskus; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: tortellini z serem risotta w sosie szpinakowym; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z masłem, szynką, sałata i pomidorem; wafelek czekoladowy; herbata owocowa lub woda mineralna

środa 18.10

śniadanie: kasza manna na mleku; tost z szynką i serem mozzarella, sos pomidorowy; rzodkiewka do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)

napój: woda mineralna z cytryną

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

czwartek 19.10

śniadanie: crunchy z owocami z jogurtem naturalnym; kanapka z masłem, pasztetem i pomidorem, ogórek kwaszony; herbata z cytryną; (1, 5, 7, 10, 11)

zupa: zalewajka (1, 9, 10)

drugie danie: bitka wieprzowa w sosie własnym; kasza gryczana; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: medalion z buraka ze słonecznikiem i sezamem; kasza gryczana; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru

deser: jabłko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem, żółtym serem, sałatą i papryką; kruche ciastko; sok lub woda mineralna

piątek 20.10

śniadanie: jajecznica na maśle; kajzerka z masłem; pomidor, rzodkiewka; jabłko; kakao (1, 3, 7)

zupa: pomidorowa z ryżem (7, 9)

drugie danie: paluszki z mintaja panierowany; ziemniaki; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 3, 4)

drugie danie wegetariańskie: placki ziemniaczane z dipem pietruszkowym; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem + druga surówka do wyboru

deser: kruche ciastko (1, 3, 7)

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: galaretka z bitą śmietaną i owocami; herbatniki; herbata owocowa lub woda mineralna

poniedziałek 23.10

śniadanie: jajka na twardo; kanapka z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; (1, 3, 7)

zupa: pieczarkowa (1, 7, 9)

drugie danie: gulasz wieprzowy po węgiersku; kasza bulgur; surówka z białej kapusty z marynatami + druga surówka do wyboru (1, 10)

drugie danie wegetariańskie: leczo z cukinią i kolorową papryką; kasza bulgur; surówka z białej kapusty z marynatami + druga surówka do wyboru

deser: wafel ryżowy

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem i pastą jajeczną; winogrona; sok lub woda mineralna

wtorek 24.10

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; 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 + druga surówka do wyboru (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: pierogi z kapustą; bukiet warzyw + druga surówka do wyboru

deser: jabłko

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: baton crunchy; owoc; herbata z cytryną lub woda mineralna

środa 25.10

śniadanie: frankfurterki z wody, sos pomidorowy; kanapka z masłem; pomidor, rzodkiewka; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; (1, 7, 10)

zupa: krupnik (1, 9)

drugie danie: pierś kurczaka w sosie słodko-kwaśnym; ryż; surówka z tartej marchewki, z ananasem + druga surówka do wyboru (1)

drugie danie wegetariańskie: makaron ryżowy z warzywami i sosem słodko-kwaśnym; surówka z tartej marchewki, z ananasem + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: mus owocowy; wafle ryżowe z masłem orzechowym; sok lub woda mineralna

czwartek 26.10

śniadanie: serek waniliowy; chałka z masłem; owoce; mleko (1, 7)

zupa: barszcz czerwony zabieleny (7, 9)

drugie danie: rumsztyk wieprzowy ; ziemniaki; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą + druga surówka do wyboru (3, 10)

drugie danie wegetariańskie: tortilla z serem camembert i warzywami; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą + druga surówka do wyboru

deser: jogurt naturalny z musem truskawkowym

napój: woda mineralna

podwieczorek: chrupki kukurydziane; mus owocowy; herbata owocowa lub woda mineralna

piątek 27.10

śniadanie: kluski lane na mleku; kanapka z masłem i serkiem wiejskim; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

drugie danie: ryż z prażonymi jabłkami sosem jogurtowa-waniliowym; marchewka z jabłkiem (7)

drugie danie wegetariańskie: ryż z prażonymi jabłkami sosem jogurtowa-waniliowym; marchewka z jabłkiem (7)

deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z masłem, sałatą kiełbasą żywiecką i pomidorem; wafelek waniliowy; sok lub woda mineralna

poniedziałek 30.10

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z sałatą, serem żółtym i papryką; ogórek do chrupania; herbata z cytryną; (1, 7)

zupa: jaglanka (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika + druga surówka do wyboru (1, 3)

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

deser: ciastka z pestkami dyni

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: baton zbożowy; owoc; herbata z cytryną lub woda mineralna

wtorek 31.10

śniadanie: serek wiejski; kanapka z masłem i konfiturą wiśniową; kakao; (1, 3, 7)

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

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

drugie danie wegetariańskie: krążki cukinii w parmezanowym cieście; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: woda mineralna; sok

podwieczorek: kanapka z masłem, sałatą i ogórkiem; kruche ciastko; sok lub woda mineralna