

### poniedziałek 04.03

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

**zupa:** kalafiorowa (7, 9)

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

**drugie danie wegetariańskie:** krążki cukinii w parmezanowym cieście; pęczak; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** polędwiczki z kurczaka z natką pietruszki; kasza pęczak; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

**deser:** wafel ryżowy

**napój:** woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** biszkopty; jogurt owocowy; sok lub woda mineralna (7)

### wtorek 05.03

**śniadanie:** frankfurterka z wody, sos pomidorowy; kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; herbata malinowa (7, 10)

**zupa:** fasolowa (9)

**drugie danie:** naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

**drugie danie wegetariańskie:** naleśniki z białym serem, z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

**drugie danie bezmleczne:** naleśniki z dżemem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

**deser:** kisiel

**napój:** woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** kanapka z masłem, szynka wieprzową; rzodkiewka do chrupania; kakao lub woda mineralna

### środa 06.03

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

**zupa:** kapuśniak (9)

**drugie danie:** gulasz wieprzowy po węgiersku; makaron; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

**drugie danie wegetariańskie:** gulasz warzywny; makaron; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** gulasz wieprzowy po węgiersku; makaron; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

**deser:** kruche ciastko

**napój:** woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** mus owocowy; biszkopty; sok lub woda mineralna

czwartek 07.03

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

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

**drugie danie:** burger wieprzowy; sos tzatziki; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kwaszonym i pestkami dyni (7)

**drugie danie wegetariańskie:** placki z tartej cukinii i marchewki; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kwaszonym i pestkami dyni

**drugie danie bezmleczne:** burger wieprzowy; ryż; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem kwaszonym i pestkami dyni

**deser:** owoc

**napój:** sok; woda mineralna

**podwieczorek:** baton wielozbożowy; owoc; kakao lub woda mineralna

piątek 08.03

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

**zupa:** krem z dyni (9)

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

**drugie danie wegetariańskie:** ryż z jabłkami, ze śmietaną; sałatka owocowa

**drugie danie bezmleczne:** ryż z jabłkami, sałatka owocowa

**deser:** galaretka

**napój:** herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** chałka z masłem i kremem czekoladowym; herbata z cytryną lub woda mineralna

### poniedziałek 11.03

**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:** ogórkowa (7, 9)

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

**drugie danie wegetariańskie:** ratatuille warzywne; kasza kuskus; mizeria na sałacie lodowej + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** klopsiki wieprzowo-drobiowe; kasza kuskus; mizeria na sałacie lodowej + druga surówka do wyboru(1, 3, 7)

**deser:** kruche ciastko

**napój:** woda mineralna z cytryną

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

### wtorek 12.03

**śniadanie:** jajecznica na maśle; kajzerka z masłem; warzywa do chrupania; kakao (1, 3, 7)

**zupa:** żurek (1, 7, 9)

**drugie danie:** udzik z kurczaka z rozmarynem; ryż; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru (1)

**drugie danie wegetariańskie:** racuchy z tartych ziemniaków; dip ziołowy; ryż; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** udzik z kurczaka z rozmarynem; ryż; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

**deser:** owoc

**napój:** kompot wieloowocowy; woda mineralna

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

### środa 13.03

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

**zupa:** barszcz ukraiński (7, 9)

**drugie danie:** pierogi z białym serem z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru(1, 3, 7)

**drugie danie wegetariańskie:** pierogi z białym serem z jogurtem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru(1, 3, 7)

**drugie danie bezmleczne:** naleśniki z duszonymi jabłkami; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

**deser:** budyń (7)

**napój:** napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

**podwieczorek:** kanapka z masłem, szynką i papryką; ciastko z marmoladą; herbata lub woda mineralna

czwartek 14.03

**śniadanie:** owsianka na mleku; kanapka z masłem i konfiturą wiśniową; herbata z cytryną (1, 7)

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

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

**drugie danie wegetariańskie:** kotlet z siekanego jajka ze szczypiorkiem; ziemniaki; 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:** wafel ryżowy

**napój:** sok; woda mineralna

**podwieczorek:** Granola baton owsiany; owoc; woda mineralna

piątek 15.03

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

**zupa:** zacierkowa (1, 3, 9)

**drugie danie:** makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru (1, 3, 9)

**drugie danie wegetariańskie:** makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru (1, 3, 9)

**drugie danie bezmleczne:** makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami + druga surówka do wyboru (1, 3, 9)

**deser:** galaretka

**napój:** kompot wieloowocowy; woda mineralna

**podwieczorek:** chałka z masłem i kremem czekoladowym; kakao lub woda mineralna

### poniedziałek 18.03

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

**zupa:** barszcz czerwony (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 w sosie śmietanowym; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** pierś kurczaka pieczona; kasza kuskus; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

**deser:** wafel ryżowy

**napój:** woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** kasza manna z musem owocowym; chrupki kukurydziane; herbata malinowa

### wtorek 19.03

**śniadanie:** płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; kakao (1, 7)

**zupa:** krem z pieczonych warzyw (7, 9)

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

**drugie danie wegetariańskie:** tortilla z serem camembert i warzywami; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru

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

**deser:** budyń

**napój:** herbata z cytryną; woda mineralna

**podwieczorek:** galaretką z bitą śmietaną; biszkopty; woda mineralna

### środa 20.03

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

**zupa:** ogórkowa (7, 9)

**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

**drugie danie bezmleczne:** : placki z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

**deser:** jogurt naturalny z musem truskawkowym

**napój:** woda mineralna z cytryną; herbata z cytryną

**podwieczorek:** kanapka z pasztetem; ogórek kwaszony; kruche ciastko; sok lub woda mineralna

### czwartek 21.03

**śniadanie:** crunchy z owocami z jogurtem naturalnym; chałka z masłem i konfiturą owocową; herbata z cytryną (1, 5, 7, 11)

**zupa:** zalewajka (1, 9, 10)

**drugie danie:** makaron z kurczakiem i warzywami; surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i papryki + druga surówka do wyboru

**drugie danie wegetariańskie:** makaron z warzywami; surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i papryki + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** makaron z kurczakiem i warzywami; surówka z ogórka kiszzonego, pomidora i papryki + druga surówka do wyboru

**deser:** jabłko

**napój:** sok; woda mineralna

**podwieczorek:** kluski leniwe z masłem; sok lub woda mineralna

### piątek 22.03

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

**zupa:** jarzynowa (7, 9)

**drugie danie:** paluszki z mintaja; 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

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

**deser:** kruche ciastko

**napój:** napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

**podwieczorek:** bułek z masłem i konfiturą wiśniową; owoc; herbata z cytryną

### poniedziałek 25.03

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

**zupa:** krupnik (1, 9)

**drugie danie:** odwrócone gołąbki z mięsem wieprzowym i ryżem, z sosem pomidorowym; kasza bulgur; surówka z białej kapusty z marchewką i porem + druga surówka do wyboru (1, 3, 7, 10)

**drugie danie wegetariańskie:** gołąbki warzywne z sosem pomidorowym; kasza bulgur; surówka z białej kapusty z marchewką i porem + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** odwrócone gołąbki z mięsem wieprzowym i ryżem, z sosem pomidorowym; kasza bulgur; surówka z białej kapusty z marchewką i porem + druga surówka do wyboru

**deser:** kruche ciastko

**napój:** woda mineralna z cytryną

**podwieczorek:** kanapka z masłem i pastą jajeczną; kruche ciastko; herbata z cytryną

### wtorek 26.03

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

**zupa:** kapuśniak (9)

**drugie danie:** kluski leniwe z tartą bułką i masłem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

**drugie danie wegetariańskie:** kluski leniwe z tartą bułką i masłem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

**drugie danie bezmleczne:** kluski z tartą bułką i masłem; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

**deser:** kisiel

**napój:** sok, woda mineralna

**podwieczorek:** kanapka z masłem, kiełbasa żywiecką i papryką; wafelek kakaowy; herbata owocowa lub woda mineralna

### środa 27.03

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

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

**drugie danie:** makaron z sosem bolognese; brokuły z kalafiolem z wody + druga surówka do wyboru (1, 3)

**drugie danie wegetariańskie:** makaron z sosem z pomidorów pelati i ziół; brokuły z kalafiolem z wody + druga surówka do wyboru

**drugie danie bezmleczne:** makaron z sosem bolognese; brokuły z kalafiolem z wody + druga surówka do wyboru

**deser:** wafel ryżowy

**napój:** kompot wieloowocowy; woda mineralna

**podwieczorek:** kajzerka z masłem i kremem czekoladowym; owoce; kakao lub woda mineralna