

### **Poniedziałek 09.10**

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

**drugie danie:** klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos koperkowy; kasza gryczana; bukiet warzyw (1, 3, 7)

**drugie danie wegetariańskie:** kaszotto z ciecierzycą i warzywami; bukiet warzyw (1, 9)

**napój:** woda mineralna; sok

**podwieczorek:** ciastka owsiane z kokosem w ciemnej czekoladzie Sante, sok (1)

### **wtorek 10.10**

**śniadanie:** jajecznica z 1 jajka na maśle; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; kanapka z pieczywa razowego, ogórek, papryka ; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

**zupa:** rosół z makaronem i marchewką (9)

**drugie danie:** pierś kurczaka w płatkach kukurydzianych; ziemniaki; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

**drugie danie wegetariańskie:** medalion z brokułów, z serem mozzarella; sos koperkowy; ziemniaki; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

**napój:** kompot wieloowocowy; woda mineralna

**podwieczorek:** baton Granola z miodem Sante, woda mineralna (1)

### **środa 11.10**

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

**zupa:** kapuśniak (9)

**drugie danie:** gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (7)

**drugie danie wegetariańskie:** tortellini serowe z sosem śmietanowym, surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (1, 3, 7)

**napój:** woda mineralna; herbata owocowa

**podwieczorek:** jogurt owocowy Piątница, chrupki kukurydziane kręcone Sante (3,7)

### **czwartek 12.10**

**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:** szczawiowa (7, 9)

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

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

**napój:** woda mineralna

**podwieczorek:** andruty, sok (1)

### **piątek 13.10**

**śniadanie:** serek waniliowy ; kanapka z 1/2 bułki pszennej z masłem; tortilla z serem mozzarella i warzywami ; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 7)

**zupa:** pomidorowa z makaronem (1, 9)

**drugie danie:** filet z mintaja panierowany; kasza kuskus; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)

**drugie danie wegetariańskie:** quesadilla ze szpinakiem i serem feta, surówka z kiszzonej kapusty z marchewką i jabłkiem (1,7)

**napój:** kompot wieloowocowy; woda mineralna

**podwieczorek:** Fit ciastka zbożowe z kakao Sante, woda mineralna (1)