

poniedziałek 29.01

śniadanie: kasza manna na mleku; kanapka z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; kakao (1, 7)

zupa: krupnik z kaszą jaglaną (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomidorów pelati i ziół; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: makaron z sosem bolognese; surówka z kiszonych ogórków i pomidorów, z cebulą + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

deser: kruche ciastko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: bułeczki waniliowe; jogurt; herbata owocowa

wtorek 30.01

śniadanie: parówki z wody, sos pomidorowy; kajzerka z masłem; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; (1, 7, 10)

zupa: fasolowa (9)

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

drugie danie wegetariańskie: medalion z siekanego jajka ze szczypiorkiem; ryż; surówka z białej kapusty z kukurydzą + druga surówka do wyboru

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

napój: herbata owocowa

deser: budyń

podwieczorek: jogurt z kulkami czekoladowymi; biszkopty; sok lub woda mineralna

środa 31.01

śniadanie: jajecznica na maśle; kajzerka z masłem; pomidor; kakao

zupa: jarzynowa (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 (1, 3, 7)

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

napój: woda mineralna

deser: wafelek waniliowy

podwieczorek: baton zbożowy; owoc; sok lub woda mineralna

czwartek 01.02

śniadanie: zupa mleczna; chałka z masłem i dżemem; herbata z cytryną; (1, 7)

zupa: barszcz ukraiński (7, 9)

drugie danie: kotlet mielony; ziemniaki; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: canelloni z cukinią w sosie pomidorowym; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: kotlet mielony; ziemniaki; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

deser: galaretka

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

piątek 02.02

śniadanie: zupa mleczna; serek waniliowy ; kanapka z masłem; kakao (1, 7)

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

drugie danie: paluszki z mintaja; kasza kuskus; marchewka baby z wody+ druga surówka do wyboru (1, 3, 4)

drugie danie wegetariańskie: medalion z kalafiora; sos pietruszkowy; kasza kuskus; marchewka baby z wody+ druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: paluszki z mintaja; kasza kuskus; marchewka baby z wody+ druga surówka do wyboru

napój: napój z zielonej herbaty; woda mineralna

deser: ciastko z marmoladą

podwieczorek: mus owocowy; herbatniki; herbata malinowa lub woda mineralna

poniedziałek 05.02

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z kiełbasą 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: kaszotto z warzywami i ciecierzycą; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru

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

deser: owoc

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: bułeczka maślana z konfiturą; mleko lub woda mineralna

wtorek 06.02

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

zupa: grochowa

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 (1, 3, 7)

deser: kisiel

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z masłem, żółtym serem i pomidorem; kruche ciastka; sok lub woda mineralna

środa 07.02

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

zupa: kapuśniak (9)

drugie danie: gołąbki odwrócone z mięsem wieprzowym i ryżem; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: gołąbki wegetariańskie z warzywami i ryżem; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: gołąbki odwrócone z mięsem wieprzowym i ryżem; ziemniaki; surówka z białej kapusty z marchewką + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

deser: wafel ryżowy

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: jogurt z crunchy z owocami; herbatniki; herbata owocowa lub woda mineralna

czwartek 08.02

śniadanie: jajecznica; kajzerka z masłem; warzywa do chrupania; herbata owocowa (7)

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

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru (7)

drugie danie wegetariańskie: krążki cukinii w cieście naleśnikowym z parmezanem; ryż; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ryż; marchewka baby z wody + druga surówka do wyboru (7)

deser: kruche ciastko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: galaretka z bitą śmietaną; biszkopty; sok lub woda mineralna

piątek 09.02

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

zupa: ogórkowa

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)

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

deser: galaretka

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: snacki kukurydziane; koktajl truskawkowy; woda mineralna

poniedziałek 12.02

śniadanie: jajecznica na maśle; kajzerka z masłem; kanapka z masłem i konfiturą ; kakao (1, 3, 7)

zupa: żurek (1, 7, 9)

drugie danie: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos koperkowy; kasza bulgur; miks sałat + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: papryka faszerowana warzywami i ryżem; bulgur; miks sałat + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos koperkowy; kasza bulgur; miks sałat + druga surówka do wyboru

deser: owoc

napój: woda mineralna z cytryną

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

wtorek 13.02

śniadanie: płatki kukurydziane z mlekiem; kanapka z pasztetem i pomidorem; papryka do chrupania; herbata z cytryną (1, 7, 10)

zupa: szczawiowa

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

drugie danie wegetariańskie: tortilla z trzema serami i warzywami; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

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

deser: kruche ciastko

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: kasza manna z musem truskawkowym; biszkopty; sok lub woda mineralna

środa 14.02

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z masłem i serem żółtym; warzywa do chrupania; kakao (1, 7, 10)

zupa: barszcz czerwony zabieleny (7, 9)

drugie danie: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z białej kapusty z papryką i kukurydzą + druga surówka do wyboru

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

drugie danie bezmleczne: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z białej kapusty z papryką i kukurydzą + druga surówka do wyboru

deser: kisiel

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

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

czwartek 15.02

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z masłem i sałatą, serem żółtym i papryką; 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: makaron ryżowy w sosie szpinakowym; 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 waniliowy (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: naleśniki z serem i jogurtem; woda mineralna

piątek 16.02

śniadanie: serek waniliowy; kanapka z masłem; kruche ciastko; herbata z cytryną; (1, 7)

zupa: pomidorowa z makaronem (1, 9)

drugie danie: kluski leniwe z masłem i tarta bułką; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: kluski leniwe z masłem i tarta bułką; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: kluski z masłem i tarta bułką; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem i kielbasą żywiecką; pomidor; wafel ryżowy; sok lub woda mineralna

poniedziałek 19.02

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

zupa: kapuśniak (9)

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

drugie danie wegetariańskie: kotlet z siekanego jajka ze szczypiorkiem; kasza kuskus; surówka z tartej marchewki i jabłek + druga surówka do wyboru

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

deser: wafel ryżowy

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: baton wielozbożowy owoc ; sok (5, 7, 11)

wtorek 20.02

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z 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; ziemniaki; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem + druga surówka do wyboru (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: makaron tortellini z ricottą w sosie szpinakowym+ druga surówka do wyboru

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

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: biszkopty; mus owocowy; herbata owocowa lub woda mineralna

środa 21.02

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

zupa: ogórkowa (7, 9)

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

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

drugie danie bezmleczne: makaron z musem truskawkowym; sałatka owocowa + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kanapka z szynką, sałata i pomidorem; kruche ciastko; sok lub woda mineralna

czwartek 22.02

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

zupa: zalewajka (1, 9, 10)

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

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

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

deser: jabłko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: sok lub woda mineralna; wafel ryżowy z kremem czekoladowym;

piątek 23.02

śniadanie: jajecznica na maśle; kanapka z masłem, pomidor, rzodkiewka; o; herbata z cytryną; (1, 3, 7)

zupa: pomidorowa z ryżem (7, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: cukinia faszerowana warzywami; ryż; surówka z kiszanej kapusty, z marchewką i jabłkiem + druga surówka do wyboru

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

deser: kisiel

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: herbatnik ; jogurt z owocami; sok lub woda mineralna

poniedziałek 26.02

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z kielbasą żywiecką papryką; ogórek do chrupania; herbata z cytryną;

zupa: krupnik (1, 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 i ziół; 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 (1, 3, 10)

deser: kruche ciastko

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: kasza manna z musem truskawkowym; biszkopty; sok lub woda mineralna

wtorek 27.02

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

zupa: gulaszowa (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

deser: kisiel

napój: woda mineralna; herbata z cytryna

podwieczorek: galaretką z bitą śmietaną; herbatniki; sok lub woda mineralna

środa 28.02

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

zupa: brokułowa (7, 9)

drugie danie: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos pieczeniowy; kasza bulgur; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: medaliony z kaszy jaglanej ze szpinakiem i ziarnami słonecznika; kasza bulgur; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: klopsiki wieprzowo-drobiowe; sos pieczeniowy; kasza bulgur; buraczki na ciepło + druga surówka do wyboru (1, 3, 7)

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: banan; wafel ryżowy; sok lub woda mineralna

czwartek 29.02

śniadanie: kanapka z masłem, sałatą, polędwica sopocką i ogórkiem ; crunchy z owocami na mleku; herbata z cytryną (1, 5, 7, 11)

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

drugie danie: filet z indyka panierowany; ziemniaki; surówka z tartej marchewki ze śmietaną + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: naleśniki z białym serem i jogurtem; surówka z tartej marchewki ze śmietaną

drugie danie bezmleczne: filet z indyka panierowany; ziemniaki; surówka z tartej marchewki ze śmietaną + druga surówka do wyboru (1, 3, 10)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: chałka z konfiturą wiśniową; kakao lub woda mineralna

piątek 01.03

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; herbata malinowa (1, 3, 7)

zupa: barszcz czerwony (1, 3, 7, 9)

drugie danie: racuchy z jabłkami i cukrem pudrem; marchew z anansem + druga surówka do wyboru

drugie danie wegetariańskie: racuchy z jabłkami i cukrem pudrem; marchew z anansem + druga surówka do wyboru

drugie danie bezmleczne: racuchy z jabłkami i cukrem pudrem; marchew z anansem + druga surówka do wyboru

deser: galaretka

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: kanapka z masłem, żółtym serem i pomidorem; ciastko owsiane; sok lub woda mineralna