

poniedziałek 07.10

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: brokułowa (7, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: medalion z kaszy jaglanej, szpinaku z ziarnami słonecznika; sos koperkowy; ziemniaki; mizeria na sałacie lodowej (1, 3, 7)

deser: ciastka cynamonowe

napój: herbata z cytryną; woda mineralna

podwieczorek: przekąska z suszonych jabłek Crispy Natural; sok

wtorek 08.10

śniadanie: jajecznica z 1 jajka na maśle; kanapka z pieczywa razowego, ogórek, papryka ; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: placki z tartej dyni z marchewką; dip pietruszkowy; surówka z tartej marchewki i jabłek (1, 3, 7)

deser: owoc

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: banan; sok

środa 09.10

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: krem z pieczonych warzyw (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)

deser: kisiel

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: budyń w tubce Tymbark; Chruo Wafle Sante

czwartek 10.10

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: barszcz biały (1, 7, 9)

drugie danie: makaron z kurczakiem, z sosem z pomarańczowych warzyw ; surówka z białej kapusty z marchewką (3, 10)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomarańczowych warzyw; surówka z białej kapusty z marchewką (3, 10)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: baton granola owsiany z miodem Sante; sok (1, 5, 11)

piątek 11.10

śniadanie: zupa mleczna; tost z serem mozzarella ; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: pomidorowa z makaronem (1, 9)

drugie danie: filet z mintaja panierowany; ryż; surówka z kiszanej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)

drugie danie wegetariańskie: surówka z kiszanej kapusty, z marchewką i jabłkiem; quesadilla z duszonym szpinakiem i fetą, z serem mozzarella (1, 3, 7)

deser: galaretki

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: mus owocowy Musiak Sante 100 ml; herbatniki © 2024 Aplikacja P.S.A