

poniedziałek 09.12

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki z sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem ; rzodkiewka do chrupania; papryka do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: fasolowa (9)

drugie danie: pierś kurczaka w sosie słodko-kwaśnym; kasza bulgur; surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem (1)

drugie danie wegetariańskie: surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem; lasagne z duszonymi warzywami, z sosem śmietanowym (1, 3, 7)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: mleko smakowe; herbatniki (7)

wtorek 10.12

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

zupa: kapuśniak (9)

drugie danie: kluski leniwe z tartą bułką i masłem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: kluski leniwe z tartą bułką i masłem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: kisiel

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: Salatini Snack; sok

środa 11.12

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

zupa: kalafiorowa (7, 9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 10)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem z pomidorów pelati z ziołami; surówka z białej kapusty z marchewką (1, 3, 9, 10)

deser: kruche ciastko

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: muffinka; sok (1, 3, 7)

czwartek 12.12

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; jajecznica; warzywa do chrupania; herbata owocowa (7)

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

drugie danie: gyros z kurczaka; sos tzatziki; ziemniaki; marchewka baby z wody (7)

drugie danie wegetariańskie: gyros z tofu; sos tzatziki; ziemniaki; marchewka baby z wody (6, 7)

deser: owoc

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: baton kakaowy Flips Sante; sok

piątek 13.12

śniadanie: owsianka na mleku; kanapka z 1/2 bułki grahamki z pastą twarogową, z ogórkiem; warzywa do chrupania; kakao (1, 7)

zupa: zacierkowa (1, 3, 9)

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

drugie danie wegetariańskie: ryż z jabłkami, ze śmietaną; surówka z tartej dyni, z marchewką i jabłkiem (7)

deser: galaretka

napój: herbata owocowa; woda mineralna z cytryną

podwieczorek: snacki kukurydziane Sante; woda mineralna