

poniedziałek 14.10

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki z masłem, sałatą, polędwicą sopocką i ogórkiem; marchewka do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 7)

zupa: jaglanka (9)

drugie danie: pulpecik w sosie pomidorowym; ziemniaki; bukiet warzyw (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: placki tartej cukinii i marchewki; bukiet warzyw (1, 3, 7)

deser: wafel ryżowy

napój: woda mineralna

podwieczorek: baton Ba Bakalland ; sok (5, 7, 11)

wtorek 15.10

śniadanie: zupa mleczna; kanapka z 1/2 bułki grahamki 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; kasza pęczak, bulgur i soczewica; surówka z tartej marchewki i jabłek (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: tortellini z serem ricotta w sosie szpinakowym; surówka z tartej marchewki i jabłek (1, 7)

deser: budyń (7)

napój: kompot wieloowocowy; woda mineralna

podwieczorek: baton frupp; sok

środa 16.10

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

zupa: szczawiowa 7, (9)

drugie danie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

drugie danie wegetariańskie: racuchy z tartymi jabłkami z cukrem pudrem; sałatka owocowa (1, 3, 7)

deser: ciastko z ziarnami słonecznika (1, 8)

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: woda mineralna; ciastka owsiane z żurawiną Sante (1, 5, 11)

czwartek 17.10

śniadanie: crunchy z owocami z jogurtem naturalnym; kanapka z pieczywa razowego z pasztetem i pomidorem, ogórek kwaszony; chałka z masłem i konfiturą owocową; herbata z cytryną; kakao (1, 5, 7, 10, 11)

zupa: zalewajka (1, 9, 10)

drugie danie: bitka wieprzowa w sosie własnym; kasza gryczana; buraczki na ciepło (1, 7)

drugie danie wegetariańskie: curry z ciecierzycy z warzywami; kasza gryczana; buraczki na ciepło (1, 7, 9, 10)

deser: jabłko

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: sok Vitamini Tymbark; popcorn

piątek 18.10

śniadanie: jajecznica z 1 jajka na maśle; kanapka z pieczywa razowego, pomidor, rzodkiewka; jabłko; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

zupa: pomidorowa z ryżem (7, 9)

drugie danie: paluszki rybne z fileta z mintaja w kukurydzianej panierce; ziemniaki; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 4)

drugie danie wegetariańskie: naleśniki z duszoną cukinią i serem feta; dip koperkowy; surówka z kiszzonej kapusty, z marchewką i jabłkiem (1, 3, 7)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: napój z zielonej herbaty i cytrusów; woda mineralna

podwieczorek: herbatniki ; sok