

poniedziałek 30.10

śniadanie: płatki kukurydziane z jogurtem naturalnym; kanapka z 1/2 bułki grahamki sałatą, serem żółtym i papryką; ogórek do chrupania; herbata z cytryną; mleko (1, 7)

zupa: kapuśniak (9)

drugie danie: makaron z sosem bolognese; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: makaron z sosem wege bolognese z pomidorami i soczewicą; surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i papryką z pestkami słonecznika (1, 3)

deser: ciasto domowe (1, 3, 7)

napój: woda mineralna z cytryną

podwieczorek: baton kakaowy Flips Sante; sok

wtorek 31.10

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z masłem, sałatą, kiełbasą żywiecką i ogórkiem ; kakao; herbata z cytryną; jajko na twardo (1, 3, 7)

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

drugie danie: pierś kurczaka w płatkach kukurydzianych; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami (1, 3)

drugie danie wegetariańskie: krążki cukinii w parmezanowym cieście; ziemniaki; mix sałat z ogórkiem i rzodkiewkami (7)

deser: galaretki

napój: woda mineralna; sok

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

czwartek 02.11 **DYŻUR ŚWIETLICOWY**

śniadanie: kanapka z 1/2 bułki z ziarnem, ogórek, papryka; marchewka do chrupania; herbata owocowa; parówka z wody, sos pomidorowy (7, 10)

zupa: ogórkowa (7, 9)

drugie danie: gulasz wieprzowy z warzywami; ryż; bukiet warzyw (7)

drugie danie wegetariańskie: risotto z warzywami; bukiet warzyw (9)

deser: kisiel

napój: sok; woda mineralna

podwieczorek: woda mineralna; przekąska z suszonych jabłek Crispy Natural

piątek 03.11 **DYŻUR ŚWIETLICOWY**

śniadanie: zupa mleczna; tost pełnoziarnisty z serem mozzarella, sos pomidorowy; warzywa do chrupania; herbata z cytryną; kakao (1, 3, 7)

zupa: ryżanka (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

podwieczorek: ciastka owsiane z kokosem i gorzką czekoladą Sante; woda mineralna (1, 5, 11)