

PONIEDZIAŁEK 22.11.2021R.

ŚNIADANIE: chleb słonecznikowy z masłem, ser mozzarella, pomidorki koktajlowe, szpinak, bazylia, kawa zbożowa na mleku, pomarańcza.

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem, pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym, kasza jęczmienna, kapusta czerwona z jabłkiem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka weka z masłem orzechowym i miodem, mleko, ananas.

WTOREK 23.11.2021R.

ŚNIADANIE: pasta z tuńczyka z cebulką, chleb żytni, ogórek kiszony, papryka, kiełki rzodkiewki, herbata czarna z miodem i cytryną, owoc kaki.

OBIAD: zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbasą wiejską, racuchy jogurtowo-bananowe, polewa malinowa z miodem, woda z sokiem pomarańczowym.

PODWIECZOREK: jabłko tarte z marchewką i pomarańczą, bułka pszenna z masłem.

ŚRODA 24.11.2021R.

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, kiełbasą krakowską, ogórek świeży, żółta papryka, szpinak, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: krupnik zabieleny z ziemniakami, pierogi z mięsem wołowym i kapusta kiszona, herbata owocowa z miodem i imbirem.

PODWIECZOREK: kasza jaglana na mleku migdałowym z wiórkami kokosowymi, mus truskawkowy, banan.

CZWARTEK 25.11.2021R.

ŚNIADANIE: kiełbaski frankfurterki na gorąco, domowy sos pomidorowo-paprykowy, bułka wieloziarnista z masłem, szczypiorkiem i rzodkiewką, herbata czarna miodem i cytryną, melon.

OBIAD: zupa gulaszowa z mięsem indyczym, chleb pszenny, ryż jaśminowy na mleku owsianym zapiekany ze śliwkami, miodem i cynamonem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: sałatka jarzynowa, bułka kukurydziana z masłem, herbata czarna z miodem i cytryną.

PIĄTEK 26.11.2021R.

ŚNIADANIE: pasta z jajka i sera białego, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, jabłko.

OBIAD: zupa krem cebulowo-serowa, grzanki ziołowe, pulpety z ryby w sosie paprykowym, ziemniaki, ćwikła z chrzanem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka maślana z masłem, powidłem śliwkowym, kakao na mleku, gruszka.

