***PONIEDZIAŁEK 16.10.2023R.***

ŚNIADANIE: bułka drożdżowa z masłem, mus z mango, kakao naturalne na mleku, jabłko.

OBIAD: zupa grysikowa z kalafiorem i brokułem, gulasz wieprzowy z warzywami, ziemniaki, surówka z ogórka kiszonego, papryki i marchewki z cebulką czerwoną, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: maślanka z bananem, ciasteczko pszenne.

***WTOREK 17.10.2023R.***

ŚNIADANIE: chleb żytni z masłem, kiełbasa krakowska sucha, jajko gotowane, ogórek kiszony, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, banan.

OBIAD: zupa z soczewicy i pomidorów z ziemniakami, makaron z serem białym i bakaliami, herbata owocowa z miodem.

PODWIECZOREK: gofry razowe z pieczonym jabłkiem, herbata czarna z miodem i cytryną.

***ŚRODA 18.10.2023R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, bułka pszenna z masłem, pomidorem, szpinakiem, czerwoną cebulką, herbata zielona z miodem, gruszka.

OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem basmati, kotlety z wątróbki z ziemniakami sałata z jogurtem czosnkowym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: domowa granola czekoladowa, banan.

***CZWARTEK 19.10.2023R.***

ŚNIADANIE: pasta śledziowa z białym serem, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypiorek, chleb słonecznikowy, kawa zbożowa na mleku, mandarynka.

OBIAD: kapuśniak z kapusty kiszonej z wiejską kiełbasa i ziemniakami, kopytka z sosem pieczarkowym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: jabłko tarte z marchewką i pomarańcza, bułka drożdżowa z masłem, herbata owocowa z miodem.

***PIĄTEK 20.10.2023R.***

ŚNIADANIE: ser mozarella, pomidor, sałata, rzodkiewka, szczypiorek, bułka pszenna z masłem, kawa zbożowa na mleku, pomarańcza.

OBIAD: krupnik z kasza pęczak i marchewką mini, filet rybny z pieca z ziemniakami, buraczki zasmażane, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: sałatka jarzynowa, bułka pszenna z masłem, herbata owocowa.