***PONIEDZIAŁEK 03.10.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka pszenna z masłem, szczypiorkiem, serek ziarnisty z ogórkiem świeżym, rzodkiewka i papryką kolorową, herbata owocowa z miodem i imbirem, jabłko.

OBIAD: barszcz ukraiński z jajkiem, gulasz wieprzowy z jarzynami i z kaszą pęczak, surówka z białej kapusty z porem i marchewką, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: kasza kukurydziana na mleku, mus jagodowy.

***WTOREK 04.10.2022R.***

ŚNIADANIE: chleb ze słonecznikiem, pasta z tuńczyka i sera białego, pomidor, szpinak, rzodkiewka, herbata czarna z miodem i cytryną, gruszka.

OBIAD: zupa paprykowa z filetem drobiowym, bułka pszenna, racuchy jogurtowo-bananowe, polewa truskawkowa z miodem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka kukurydziana z masłem, pasztetem z ciecierzycy, ogórek kiszony, szczypiorek, herbata owocowa z miodem i imbirem, śliwka.

***ŚRODA 05.10.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, ser mozarella, pomidor, sałata, kiełki brokułu, herbata czarna z miodem, imbirem i cytryną, banan.

OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem na rosole wołowym, udko z kurczaka pieczone w czosnku i ziołach, ziemniaki, sałata z ogórkiem i rzodkiewką w jogurcie naturalnym, woda z sokiem pomarańczowym.

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

***CZWARTEK 06.10.2022R.***

ŚNIADANIE: „szwedzki stół”: pieczywo mieszane, masło, ser biały, ser żółty, kiełbasa krakowska sucha, jajko gotowane, pomidory, ogórki, ogórki kiszone, rzodkiewka, papryka, szczypiorek, szpinak, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa z ciecierzycy z ziemniakami, pierogi z mięsem wołowym i kapustą kiszoną, cebulka na masłem, herbata owocowa z miodem.

PODWIECZOREK: jabłko tarte z marchewką i pomarańcza, ciasteczko maślane.

***PIĄTEK 07.10.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, chleb żytni z masłem, pomidorem, szpinakiem i rzodkiewką, kawa zbożowa na mleku, arbuz.

OBIAD: zupa pieczarkowa z kaszą jaglaną, morszczuk w warzywach, frytki pieczone w piecu, herbata czarna z miodem i cytryną.

PODWIECZOREK: biszkopt wypiekany na miejscu, sok pomarańczowy.