***PONIEDZIAŁEK 10.10.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka kukurydziana z masłem, ser żółty, pomidor, sałata, rzodkiewka, kawa zbożowa na mleku, arbuz.

OBIAD: barszcz czerwony zabielany z ziemniakami, pyzy z mięsem i cebulką na maśle klarowanym, surówka z marchewki, jabłka, pomarańczy i kapusty kiszonej, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: jabłko pieczone z miodem i bakaliami, wafel pszenny.

***WTOREK 11.10.2022r.***

ŚNIADANIE: makrela wędzona, chleb żytni, ogórek świeży, rzodkiewka, szpinak, herbata czarna z miodem i cytryną, gruszka.

OBIAD: zupa jarzynowa z ziemniakami, pierogi leniwe z masłem, śliwka pieczona z miodem i cynamonem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: kisiel z czarnej porzeczki, ciasteczko maślane.

***ŚRODA 12.10.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z jajek i sera białego ze szpinakiem, papryka kolorowa, kiełki brokułu, rzodkiewka, bułka pszenna, herbata owocowa z miodem, cytryną i imbirem, pomarańcza.

OBIAD: zupa brokułowa z makaronem, bigos z warzyw, kapusty kiszonej z kurczakiem pieczonym, ziemniaki, kompot śliwkowy.

PODWIECZOREK: bułka kruszak z masłem, kakao naturalne na mleku, banan.

***CZWARTEK 13.10.2022R.***

ŚNIADANIE: kiełbasa krakowska sucha, bułka grahamka z masłem, ogórek kiszony, papryka żółta, sałata, kawa zbożowa na mleku, śliwka.

OBIAD: zupa krem z soczewicy i pomidorów, grzanki ziołowo-czosnkowe, makaron z jabłkami pieczonymi, herbata owocowa z miodem i imbirem.

PODWIECZOREK: kasza jaglana na mleku, truskawki z miodem.

***PIĄTEK 14.10.2022R.***

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami owsianymi, banany, bakalie, bułka maślana z masłem, arbuz.

OBIAD: zupa ogórkowa z ryżem, kotlety mielone z miruny, ziemniaki, buraczki zasmażane, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: gofry gryczane z powidłem śliwkowym, herbata owocowa z miodem i cytryną.