***PONIEDZIAŁEK 14.11.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka pszenna z masłem, ser żółty, pomidor, kalarepa, szpinak, kawa zbożowa na mleku, kiwi.

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem ryżowym, udko pieczone z kurczaka, ziemniaki, mizeria z ogórków ze śmietana, rzodkiewką i koperkiem, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: rogaliki drożdżowe z dżemem, kakao na mleku, gruszka.

***WTOREK 15.11.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z makreli wędzonej z majonezem, chleb słonecznikowy, pomidory, sałata, kiełki brokułu, herbata owocowa z miodem i imbirem, ananas.

OBIAD: zupa krem z papryki, pieczone ziemniaki, naleśniki z serem białym, mus truskawkowy, woda z sokiem z czarnej porzeczki.

PODWIECZOREK: budyń kukurydziany na mleku z pieczonym jabłkiem.

***ŚRODA 16.11.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle klarowanym ze szczypiorkiem, bułka grahamka z masłem, ogórek świeży, rzodkiewka, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, mandarynka.

OBIAD: zupa ogórkowa z ziemniakami, pulpeciki cielęce w sosie pieczarkowym, kasza kuskus, surówka z kapusty czerwonej z marchewką i porem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: granola domowa czekoladowa na mleku, śliwka.

***CZWARTEK 17.11.2022R.***

ŚNIADANIE: schab pieczony w ziołach i czosnku, chleb żytni na zakwasie, masło, ogórek kiszony, jajko gotowane, papryka czerwona, szpinak, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa fasolowa z ziemniakami i wiejską kiełbasą, ryż jaśminowy na mleku kokosowym z jogurtem naturalnym i malinami, woda z sokiem bananowym.

PODWIECZOREK: bułka weka z masłem, pasta z sera białego i awokado, ogórek świeży, sałata, rzodkiewka, herbata owocowa z miodem i imbirem, pomarańcza.

***PIĄTEK 18.11.2022R.***

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami owsianymi, rodzynki, wiórki kokosowe, banany, bułka maślana z masłem, mix owoców.

OBIAD: krupnik z marchewką mini i kaszą bulgur, filet z miruny panierowany z pieca, pieczone ziemniaki, ogórek kiszony z papryką i cebulką, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: jogurt truskawkowy, rurka waflowa, jabłko.