***PONIEDZIAŁEK 21.03.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, ser żółty, ogórek świeży, sałata, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, ananas

OBIAD: zupa ziemniaczana, risotto z mięsa drobiowego, sałata, pomidory, suszone, ogórki, oliwa z oliwek, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka drożdżowa wypiekana na miejscu z masłem, kakao na mleku, jabłko.

***WTOREK 22.03.2022R.***

ŚNIADANIE: chleb żytni, makrela wędzona, ogórek kiszony, papryka, kiełki rzodkiewki, herbata czarna z miodem i cytryną, gruszka.

OBIAD: zupa jarzynowa z ziemniakami, naleśniki z serem białym, mus truskawkowy z miodem, kompot wiśniowy.

PODWIECZOREK: budyń z kaszy kukurydzianej z wiórkami kokosowymi, domowa polewa czekoladowa, mix owoców.

***ŚRODA 23.03.2022R.***

ŚNIADANIE: ser mozarella, bułka kukurydziana z masłem, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, szpinak, kakao na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa ogórkowa z ryżem, kotlety mielone z pieca, ziemniaki, buraczki zasmażane, herbata owocowa z miodem i imbirem.

PODWIECZOREK: wafel pszenny, banan, sok pomarańczowy.

***CZWARTEK 24.03.2022R.***

ŚNIADANIE: filet indyczy pieczony w ziołach, chleb słonecznikowy z masłem, papryka kolorowa, ogórek kiszony, szpinak, kawa zbożowa na mleku, kiwi.

OBIAD: zupa krem z marchewki i pomarańczy, prażone migdały, grzanki ziołowo-czosnkowe, pierogi z serem białym i kaszą jaglaną, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: jabłko pieczone z miodem i bakaliami, biszkopty.

***PIĄTEK 25.03.2022R.***

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami ryżowymi, banany, bakalie, bułka maślana z masłem, pomarańcza.

OBIAD: barszcz ukraiński z jajkiem, pulpety rybne w sosie koperkowym , ziemniaki, surówka z kapusty kiszonej z marchewką, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka weka z serkiem homogenizowanym, mleko, mandarynka.

***PONIEDZIAŁEK 28.03.2022R.***

ŚNIADANIE: ser mozarella, bułka pszenna z masłem, pomidory, czerwona cebulka, sałata, kawa zbożowa na mleku, mix owoców.

OBIAD: kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami, pieczeń drobiowa w sosie pomidorowym, kasza gryczana, surówka z selera i jabłka, woda z sokiem jabłkowym.

PODWIECZOREK: kisiel domowy marchwiowo-pomarańczowy, pałka kukurydziana.

***WTOREK 29.03.2022R.***

ŚNIADANIE: „szwedzki stół”: pieczywo mieszane, masło, kiełbasa krakowska, pomidory, ogórki, ogórki kiszone, sałata, szpinak, rzodkiewka, jajko gotowane, ser biały, ser żółty, miód, powidło śliwkowe, herbata zielona z cytryną, miodem i imbirem, jabłko.

OBIAD: zupa gulaszowa z mięsem indyczym, bułka weka, pierogi leniwe ze śliwkami pieczonymi w miodzie, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: domowa granola czekoladowa, banan.

***ŚRODA 30.03.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, bułka wieloziarnista z masłem, papryka kolorowa, rzodkiewka, szpinak, kawa zbożowa na mleku, gruszka.

OBIAD: rosół wołowy z makaronem, mięso wołowe mielone z ziemniakami, kapusta kiszona duszona w pomidorach, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: bułka weka z masłem, pastą z sera białego i awokado, ogórek świeży, szczypiorek, rzodkiewka, herbata czerwona z miodem i cytryną, pomarańcza.

***CZWARTEK 31.03.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z tuńczyka, chleb żytni na zakwasie, ogórek kiszony, papryka kolorowa, sałata, herbata czarna z miodem i cytryną, kiwi.

OBIAD: zupa fasolowa z ziemniakami i kiełbasą wiejską, ryz jaśminowy zapiekany z jabłkami, miodem i cynamonem, kompot wiśniowy.

PODWIECZOREK: gofry razowe z musem gruszkowym, herbata czarna z miodem i cytryną.

***PIĄTEK 01.04.2022R.***

ŚNIADANIE: serek ziarnisty ze szczypiorkiem i rzodkiewką, bułka grahamka z masłem, ogórek świeży, papryka, kiełki brokułu, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa pomidorowa z makaronem, kotlety mielone z ryby, ziemniaki pieczone, marchewka z groszkiem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: ciasto bananowe, mleko