***PONIEDZIAŁEK 21.11.2022R.***

ŚNIADANIE: serek ziarnisty, bułka grahamka z masłem, ogórek świeży, papryka, szczypiorek, rzodkiewka, kawa zbożowa na mleku, pomarańcza.

OBIAD: zupa jarzynowa z makaronem, kotlet schabowy panierowany z pieca, ziemniaki, marchewka z groszkiem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka weka z masłem, jajkiem, pomidorkiem, szpinak, herbata owocowa z miodem i cytryną, banan.

***WTOREK 22.11.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta śledziowa z majonezem, chleb graham, ogórek świeży, papryka kolorowa, kiełki rzodkiewka, kawa zbożowa na mleku, gruszka.

OBIAD: zupa krem z buraków czerwonych z jajkiem, pieczone ziemniaki, makaron z serem feta, szpinakiem i filetem drobiowym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: gofry gryczane z pieczonym jabłkiem, sok pomarańczowy

***ŚRODA 23.11.2022R.***

ŚNIADANIE: ryż jaśminowy na mleku z bananem i bakaliami, bułka pszenna z masłem i powidłem śliwkowym, kiwi.

OBIAD: kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami, pieczeń wieprzowa z sosem paprykowym, kasza gryczana, sałata, ogórki, pomidory, oliwki, rzodkiewka, dressing pomarańczowy, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: serek homogenizowany, bułka kruszak z masłem, śliwka.

***CZWARTEK 24.11.2022R.***

ŚNIADANIE: filet z indyka pieczony w ziołach i czosnku, chleb słonecznikowy, ogórek kiszony, papryka kolorowa, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa z ciecierzycy z ziemniakami i kiełbasą wiejską, pierogi ruskie z masłem, marchewka z kapustą kiszoną, woda z sokiem z czarnej porzeczki.

PODWIECZOREK: kisiel marchwiowo-bananowy, biszkopt.

***PIĄTEK 25.11.2022R.***

ŚNIADANIE: „szwedzki stół”: pieczywo mieszane, masło, ser biały, ser żółty, kiełbasa krakowska sucha, jajko gotowane, powidło śliwkowe, pomidory, ogórki, szpinak, rzodkiewka, ogórek kiszony, słupki marchewki, czerwona cebulka, papryka, szczypiorek, mix owoców, kawa zbożowa na mleku.

OBIAD: zupa pieczarkowa z kasza jaglaną, filet z miruny w warzywach „po grecku”, pieczone ziemniaki, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: jabłko tarte z marchewką i pomarańczą, chałka drożdżowa z masłem, herbata owocowa z miodem.