***PONIEDZIAŁEK 24.10.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka pszenna z masłem, serem żółtym, pomidor, szpinak, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, banan.

OBIAD: zupa krem porowo-serowa, grzanki ziołowo-czosnkowe, spaghetti z mięsem i sosem pomidorowym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: kisiel bananowy, biszkopt.

***WTOREK 25.10.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z tuńczyka i jajka, ogórek świeży, kiełki rzodkiewki, sałata, rzodkiewka, kawa zbożowa na mleku, chleb słonecznikowy, gruszka.

OBIAD: kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami i wiejską kiełbasą, naleśniki razowe z jabłkami, herbata owocowa.

PODWIECZOREK: chleb pszenny z pastą z sera białego i awokado, papryka kolorowa, szczypiorek, herbata czarna z miodem i cytryną.

***ŚRODA 26.10.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, bułka grahamka z masłem, pomidorem i czerwoną cebulką, kakao naturalne na mleku, śliwka.

OBIAD: zupa ryżowa z kalafiorem i brokułem, filet z kurczaka panierowany pieczony, ziemniaki, sałata z jogurtem czosnkowym, woda z sokiem z czarnej porzeczki.

PODWIECZOREK: jabłko tarte z marchewką i pomarańczą, bułka kruszak z masłem.

***CZWARTEK 27.10.2022R.***

ŚNIADANIE: schab pieczony w piecu z ziołami, bułka kukurydziana z masłem, ogórek kiszony, jarmuż, rzodkiewka, herbata czarna z miodem i cytryną, jabłko.

OBIAD: zupa grochowa z ziemniakami i wiejską kiełbasą, kasza jaglana na mleku z musem z truskawek i miodu, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: drożdżówka wypiekana na miejscu z serem białym, mleko.

***PIĄTEK 28.10.2022R.***

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami owsianymi, banany, rodzynki, wiórki kokosowe, bułka maślana z masłem, pomarańcza, woda z cytryną.

OBIAD: barszcz ukraiński z jajkiem, miruna panierowa z pieca, ziemniaki, marchewka z kapustą kiszoną, herbata owocowa z miodem i imbirem.

PODWIECZOREK: sałatka jarzynowa, bułka weka z masłem i szczypiorkiem, herbata zielona z miodem i cytryną.