***PONIEDZIAŁEK 27.06.2022R.***

ŚNIADANIE: chleb słonecznikowy z masłem, ser żółty, pomidory, szczypiorek, szpinak, kakao naturalne na mleku z miodem, jabłko.

OBIAD: zupa grysikowa z kalafiorem, kotleciki z wątróbki drobiowej, młode ziemniaki z koperkiem, marchewka z groszkiem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: wafel przekładany domową masą czekoladową, banan, herbata owocowa z miodem i imbirem.

***WTOREK 28.06.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z tuńczyka i sera białego, ogórek kiszony, papryka kolorowa, sałata, bułka wieloziarnista, herbata czarna z miodem i cytryną, kiwi.

OBIAD: zupa z soczewicy i pomidorów, grzanki ziołowo-czosnkowe, makaron z cukinią i warzywami z żółtym serem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: ryż basmati na mleku z wiórkami kokosowymi, mus z truskawek pieczonych w miodzie.

***ŚRODA 29.06.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, bułka pszenna z masłem, pomidorem, kiełki rzodkiewki, kawa zbożowa na mleku, pomarańcza.

OBIAD: kapuśniak z młodej kapusty z ziemniakami, gulasz wieprzowy z kaszą gryczana, sałata z oliwkami, ogórkiem, rzodkiewką, pomidorami suszonymi , zielona herbata z cytryną i miodem.

PODWIECZOREK: sok marchwiowo-bananowy, biszkopt.

***CZWARTEK 30.06.2022R.***

ŚNIADANIE: kiełbaski franfurterki na gorąco, domowy sos pomidorowo-paprykowy, bułka kukurydziana ze szczypiorkiem i tartą rzodkiewką, herbata czerwona z miodem i cytryną, mix owoców.

OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem i świeżą bazylią, pierogi leniwe z masłem i pieczoną śliwką, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: jabłko pieczone z bakaliami, miodem i cynamonem, chałka drożdżowa z masłem.

***PIĄTEK 01.07.2022R.***

ŚNIADANIE: owsianka na mleku z bananem i wiórkami kokosowymi, , bułka weka z masłem i dżemem wiśniowym, woda z cytryną.

OBIAD: zupa pieczarkowa z kaszą jaglaną, morszczuk panierowany z pieca, pieczone frytki, mizeria ze świeżych ogórków i rzodkiewki z koperkiem i jogurtem naturalnym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: babka domowa, mleko, truskawki.