***PONIEDZIAŁEK 30.01.2023R.***

ŚNIADANIE: pasta z jajka i sera białego, chleb żytni z masłem, rzodkiewka, szczypiorek, kakao naturalne na mleku, jabłko.

OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem, filet indyczy w śmietanie, pyzy ziemniaczane, surówka z pora z marchewką, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: kisiel z czarnej porzeczki, bułka kruszak z masłem.

***WTOREK 31.01.2023R.***

ŚNIADANIE: bułka pszenna z masłem, pasta z tuńczyka, ogórek świeży, papryka żółta, szpinak, herbata czarna z miodem i cytryną, gruszka.

OBIAD: barszcz czerwony zabielany z jajkiem i ziemniakami, makaron ze szpinakiem i serem feta, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: kasza jaglana na mleku z bakaliami, ananas w syropie.

***ŚRODA 01.02.2023R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle ze szczypiorkiem, chleb graham z masłem, pomidorem i sałatą, kawa zbożowa na mleku, mandarynka.

OBIAD: zupa krem porowo-serowa, grzanki ziołowo-czosnkowe, pulpeciki wieprzowo-wołowe w jarzynach, mix zbożowy, surówka z kapusty kiszonej z marchewką i pomarańczą, herbata malinowa.

PODWIECZOREK: jabłko pieczone z bakaliami, bułka drożdżowa z masłem, herbata rooibos z miodem.

***CZWARTEK 02.02.2023R.***

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, schab pieczony w miodzie i czosnku, ogórki kiszone, kiełki rzodkiewki, kawa zbożowa na mleku, pomarańcza.

OBIAD: zupa z soczewicy z ziemniakami i wiejska kiełbasą, ryż jaśminowy na mleku z wanilią i bakaliami, śliwki pieczone z miodem i cynamonem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: chleb słonecznikowy z masłem, jajkiem, pomidorem i szczypiorkiem, herbata zielona z miodem i cytryną, winogrono.

***PIĄTEK 03.02.2023R.***

ŚNIADANIE: chałka drożdżowa z masłem i serkiem homogenizowanym, kakao na mleku, banan.

OBIAD: krupnik z kaszą jęczmienna i marchewką mini, kotlety mielone z ryby, ziemniaki, ćwikła z chrzanem, woda z sokiem pomarańczowym.

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