***PONIEDZIAŁEK 31.01.2022R.***

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, ser żółty, pomidory, sałata, czerwona cebulka, kawa zbożowa na mleku, jabłko.

OBIAD: zupa brokułowi z makaronem, filet indyczy pieczony w ziołach, sos z białych warzyw, kasza bulgur, marchewka z jabłkiem, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: budyń waniliowy, biszkopt, gruszka.

***WTOREK 01.02.2022R.***

ŚNIADANIE: jajecznica na maśle z szczypiorkiem, chleb słonecznikowy z masłem, papryka kolorowa, rzodkiewka, szpinak, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa z ciecierzycy z ziemniakami i kiełbasą wiejską, naleśniki gryczane z jabłkami, woda z sokiem pomarańczowym.

PODWIECZOREK: bułka maślana z masłem, powidłem śliwkowym, kakao na mleku, ananas.

***ŚRODA 02.02.2022R.***

ŚNIADANIE: ser mozarella, pomidorki koktajlowe, sałata, szczypiorek, chleb żytni z masłem, herbata zielona z miodem i cytryną, mandarynka.

OBIAD: krupnik z ziemniakami i kasza jęczmienną, pyzy ziemniaczane z mięsem, surówka z kapusty kiszonej z pomarańczą, woda z sokiem ananasowym.

PODWIECZOREK: gofry razowe z pieczonymi jabłkami i cynamonem, herbata owocowa z miodem i cytryną.

***CZWARTEK 03.02.2022R.***

ŚNIADANIE: pasta z kiełbasy wiejskiej i jajek, bułka kukurydziana, ogórek kiszony, rzodkiewka, szczypiorek, herbata czarna z miodem i cytryną, pomarańcza.

OBIAD: barszcz czerwony z jajkiem i ziemniakami, łazanki z kapusty kiszonej, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: bułka weka z serkiem białym i awokado, ogórek świeży, kalarepa, papryka czerwona, herbata owocowa z miodem i imbirem, banan.

***PIĄTEK 04.02.2022R.***

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami żytnimi, bakaliami i bananem, bułka weka z masłem i musem malinowym, kiwi.

OBIAD: zupa ogórkowa z ryżem, miruna panierowana z pieca, ziemniaki pieczone, kapusta czerwona z żurawiną, kompot śliwkowy.

PODWIECZOREK: domowe muffinki czekoladowe, mleko, ananas.