

		I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	Skład posiłków	PODWIECZOREK
Poniedziałek	18.11.2019	Chleb wieloziarnisty i orkiszowy, masło, wędlina drobiowa, serek śmietankowy, pomidor, kakao lub herbata malinowa	Winogrona, gruszki, banany, herbata owocowa	Zupa kalafiorowa	Marchewka, pietruszka, seler, por, kalafior, makaron z pszenicy durum, śmietana 18%	Płatki żytnie z mlekiem, gruszka, herbata z melisy
				Racuszki drożdżowe z jabłkami	Mąka pszenna, mąka orkiszowa, drożdże, mleko, jabłko, Olej rzepakowy	
				Kompot wiśniowy		
Wtorek	19.11.2019	Chleb żytni i krakowski, masło, schab pieczony, pasta z fasolki, ogórek, kawa mleczna lub herbata malinowa	Koktajl z maślanek i truskawek	Zupa rosół z makaronem	Marchewka, pietruszka, seler, por, kurczak, indyk, wołowina, makaron	Chrupki bananowe, Jabłko, herbata z dzikiej róży
				Potrawka z kurczaka, ryż brązowy	Makaron pełnoziarnisty, szpinak, cebula, olej rzepakowy, ryż brązowy	
				Surówka z kapusty pekińskiej	Kapusta pekińska, cebula, marchewka, jabłko, oliwa z oliwek	
				Kompot wieloowocowy		
Środa	20.11.2019	Chleb graham i słonecznikowy, masło, szynka tradycyjna, pasta z awokado, mleko lub herbata z rumianku	Owoce zapiekane pod owsianą kruszonką, herbata miętowa	Zupa marchewkowa	Marchewka, pietruszka, seler, śmietana 18%, kasza manna, jajko	Budyń z kaszy jaglanej z wanilią, gruszka, herbata rumiankowa
				Pierogi z mięsem	Mięso z kurczaka, jajko, mąka pszenna, mąka żytnia, olej rzepakowy, cebula	
				Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	
				Kompot porzeczkowy lub woda		
Czwartek	21.11.2019	Chleb orkiszowy i wieloziarnisty, masło, filet pieczony, zupa mleczna-owsianka, sałata, papryka, herbata owocowa	Jogurt naturalny z prażonymi wiśniami, herbata z melisy	Zupa z brokułów	Marchewka, pietruszka, seler, por, brokuły, śmietana 18%, grzanki żytnie	Sernik (wyrób własny), pomarańcze, woda
				Pulpety z szynki w sosie pomidorowym z ziołami, mix kasz	Szynka wieprzowa, cebula, jajko, bułka pszenna, olej rzepakowy, mąka pszenna, przecier pomidorowy 30%, śmietana 18%, kasza jęczmienna, kasza gryczana	
				Buraczki z jabłkiem	Buraczki, jabłko	
				Kompot wieloowocowy		
Piątek	22.11.2019	Chleb żytni i słonecznikowy, masło, jajecznica, pomidorki koktajlowe, kakao lub herbata żurawinowa	Sok warzywno-owocowy (wyrób własny), „wafitki” zbożowe	Zupa jarzynowa	Marchewka, pietruszka, seler, por, makaron z pszenicy durum	Serek waniliowy, jabłko, herbata miętowa
				Ryba w panierce, ziemniaki	Filet z miruny, jajko, mąka pszenna, olej rzepakowy, ziemniaki,	
				Surówka z kapusty kiszonej	Kapusta kiszona, cebula, jabłko, marchewka, olej lniany	
				Kompot z wiśni lub woda		