

Śniadanie		Obiad
Poniedziałek 30.08	Chleb żytni i graham z margaryną bezmleczną, Szynka z indyka, liście szpinaku (1,w) Herbata ziołowa	Krem ziemniaczany z tymiankiem i majerankiem (1,9,p) Makaron aglio e olio(z oliwą z oliwek, czosnkiem, papryką) (1,3,9,p) Woda mineralna
Wtorek 31.08	Chleb żytni i graham z margaryną bezmleczną Kiełbaski drobiowe min. 90% mięsa, pasta z ciecierzycy i suszonymi pomidorami sos pomidorowy, sałata, ogórek małosolny (1,3,10,w,p) Herbata rooibos	Zupa koperkowa z ryżem (1,9,p) Naleśniki bezmleczne z otrębami i powidłami śliwkowymi (1,3,p) Woda mineralna
Środa 1.09	Bułka grahamka z margaryną bezmleczną, połędwica z indyka, rzodkiewka, papryka, (1,w) Herbata z cytryną	Zupa pomidorowa (1,9,p) Kotleciki z warzywami, Puree ziemniaczane z koperkiem Surówka z marchewki i selera (1,3,p) Woda mineralna
Czwartek 2.09	Chleb żytni i graham z margaryną bezmleczną, pasta jajeczna ze szczypiorkiem, pasztet drobiowy pomidor, sałata (1,3,9,10,w,p) Herbata ziołowa	Rosolnik z kaszką manną (1,9,p) Roladka z kurczaka ze szpinakiem Ryż brązowy z kurkumą bukiet trzech warzyw z oliwą (1,p) Woda mineralna
Piątek 3.09	Chleb żytni i graham z margaryną bezmleczną, Jajko gotowane na twardo, wędlina sałata mix (1,3,w,p) Herbata miętowa	Krem z brokuł z groszkiem ptysiowym (1,9,p) Ryba po grecku z warzywami Ziemniaki gotowane (4,p) Woda mineralna

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek 6.09	Płatki jaglane na mleku owsianym z bananem Pieczywo żytnie i graham z margaryną bezmleczną, pasta humus z suszonymi pomidorami i prażonym słonecznikiem sałata mix (1,3,6, 10,w,p) herbata owocowa	Delikatna zupa grochowa z ziemniakami i majerankiem (1,9,p) Makaron pełnoziarnisty w sosie z pomidorów ze świeżą pietruszką (1,9,p) woda mineralna	Gruszka, arbuż, chrupki kukurydziane
Wtorek 7.09	Płatki ryżowe na napoju roślinnym z gruszką i słonecznikiem Pieczywo żytnie i graham z margaryną bezmleczną, dżem niskosłodzony szynka gotowana, sałata, pomidor (1,3,6,10,w,p) herbata rumiankowa	Zupa warzywna z cebulką (1,9,p) Kasza jaglana w sosie węgierskim, Brokuły gotowane (1,3,9,p) Woda mineralna	bułeczki cynamonowe bezmleczne, jabłko
Środa 8.09	Owsianka z śliwkami i cynamonem (1) Pieczywo żytnie i graham z margaryną bezmleczną, pasta z soczewicy z natką pietruszki, sałata, ogórek kiszony, rzodkiewka (1,3,4,6,10, w,p) herbata malinowa	Rosół z jarzynami (1,3,9,p) gołąbki wieprzowe z ryżem w sosie pomidorowym, puree ziemniaczane z natką pietruszki Fasolka szparagowa (1,3,9,p) Woda mineralna	Owocowa galaretka, winogrono, wiśnia, chrupki kukurydziane
Czwartek 9.09	Jaglanka na napoju migdałowym Pieczywo żytnie i graham z margaryną bezmleczną, Domowy pasztet z kurczaka ogórek, rzodkiewka (1,6,10,w,p) herbata miętowa	Zupa kalafiorowa z marchewką i koperkiem (19,p) Kopytka szpinakowe w sosie mięsno-warzywnym marchewka gotowane na parze (1,3,9,p) Woda mineralna	Kaszka manna na wodzie z bananem, gruszka (1,p)
Piątek 10.09	Ryżanka z napojem owsianym i musem owocowym Pieczywo żytnie i graham z margaryną bezmleczną, pasta jajeczna z kukurydzą i szczypiorkiem, sałata, pomidor (1,3,10,w,p) herbata z dzikiej róży	Zupa z ciecierzycy, soczewicy i pomidorów z dodatkiem kolendry i oregano (1,9,p) paluszki rybne ziemniaki z koperkiem Surówka z kapusty i ogórka (1,3,p) Woda mineralna	Jabłko, Banan, chlebek chrupki

	Śniadanie	Obiad
Poniedziałek 13.09	Kaszka manna na mleku owsianym z owocami Chleb żytni z margaryną bezmleczną, szynka wieprzowa, kiełki warzyw sałata (1,p,w) Herbata z cytryną	Zupa krupnik (1,9,p) Makaron pełnoziarnisty w sosie bolońskim Woda mineralna
Wtorek 14.09	Płatki kukurydziane na mleku roślinnym Chleb żytni z margaryną bezmleczną, Pasta jajeczna ze szczypiorkiem, polędwica sopocka, ogórek papryka, (1,3,p,w) Herbata ziołowa	Zupa z soczewicy i pietruszki z kolendra (1,9,p) Kurczak pieczony w ziołach Ryż brązowy gotowany z kurkumą Warzywa gotowane polana oliwą (p) Woda mineralna
Środa 15.09	Zupa ryżowa na mleku owsianym Chleb żytni z margaryną bezmleczną, Paprykarz domowy ogórek kiszony, pomidor (1,3,4,10,p) Herbata miętowa	Zupa pomidorowa z ryżem (1,9,p) Pałka z kurczaka pieczona Ziemniaki gotowane z koperkiem Buraczki tarte ze świeżym chrzanem (1,3,9,p) Woda mineralna
Czwartek 16.09	Płatki orkiszowe z morelą na mleku roślinnym Chleb żytni z margaryną bezmleczną, Paszтет własnej produkcji, powidła śliwkowe ogórek i sałata (1,w,p) Herbata owocowa	Żurek wielkopolski z ziemniakami i majerankiem (1,3,9,p) Pierś z kurczaka w delikatnym sosie curry z kukurydzą, Kasza pęczak z oliwą i natką Sałatka z marchewki i brzoskwini (1,p) Woda mineralna
Piątek 17.09	Jaglanka na wodzie Chleb żytni z margaryną bezmleczną, Pasta z czerwonej fasoli, Dżem niskosłodzony pomidor, sałata (1,3,w,p) Herbata rooibos	Zupa krem z dyni (1,3,9,p) Soso pomidorowy z tuńczykiem, ziemniaki gotowane, surówka (1,3,9,p) Woda mineralna

Śniadanie

Obiad

Poniedziałek
20.09

Chleb żytni z margaryną bezmleczną,
szynka z piersi indyka,
Szpinak , jarmuż(1,w,p)
Herbata z cytryną

Zupa marchewkowa z imbirem (1,9,p)
Gyros drobiowy z ryżem, sos ogórkowy
Kalafior gotowany polany oliwą (1,3,9,p)
Woda mineralna

Wtorek
21.09

Chleb żytni z margaryną bezmleczną,
jajko gotowane,
szynka z udźca z kurczaka,
sałata, **rzodkiewka**, (1,3,w,p)
Herbata ziołowa

Zupa barszcz ukraiński (1,9,p)
Strogonow wieprzowy z kaszą jęczmienną,
papryką i natką pietruszki,
Fasolka szparagowa gotowana (1,p)
Woda mineralna

Środa
22.09

Chleb żytni z margaryną bezmleczną,
pasta z fasoli, pieczona pierś z indyka
pomidor, sałata (1,w,p)
Herbata owocowa

Rosół z makaronem i warzywami z dodatkiem natki pietruszki i estragonu(1,3,9,p)
Gotowane klopsiki drobiowe z płatkami owsianymi i warzywami,
ziemniaki puree z koperkiem,
surówka z ogórkiem i oliwą(1,3,p)
woda mineralna

Czwartek
23.09

Bułka alpejska z margaryną bezmleczną,
jajecznicza ze szczypiorkiem
pasztet domowy
papryka, ogórek(1,w,p)
Herbata ziołowa

Delikatna zupa fasolowa z ziemniakami i majerankiem (1,9,p)
Kasza gryczana w sosie myśliwskim na bazie mięsa drobiowego i kiełbaski,
groszek z marchewką (1,3,p)
Woda mineralna

Piątek
24.09

Chleb żytni z margaryną bezmleczną,
szynka z kurczaka,
sałata, ogórek kiszony (1,w,p)
Herbata miętowa

Zupa pomidorowa z ryżem (1,9,p)
Pierogi z owocem
Woda mineralna

Śniadanie

Obiad

Poniedziałek
27.09

Chleb żytni i graham z margaryną
bezmleczną,
szynka z piersi z kurczaka, pomidor,
sałata(1,w)
Herbata rooibos

Kapuśniak z kiszonej kapusty z kminkiem (1, 9,p)
Makaron świderki pełnoziarniste w sosie bolońskim ,
Bukiet warzyw z oliwą i ziołami(1,3,p)
Woda mineralna

Wtorek
28.09

Chleb żytni i graham z margaryną
bezmleczną, pasta jajeczno-brokułowa
połędwica z piersi z kurczaka,
ogórek zielony i sałata (1,3,9,10,w,p),
Herbata owocowa

Zupa wiśniowa (1,9,p)
Schab pieczony z rozmarynem, sos pieczeniowy
ziemniaki gotowane z koperkiem
buraczki gotowane z chrzanem (p)
Woda mineralna

Środa
29.09

Chleb żytni z margaryną bezmleczną,
Pasta rybna z warzywami,
Szynka drobiowa, papryka,
sałata(1,3,4,9,10,p)
Herbata z aronii

Zupa cebulowa (1,9,p)
Połędwiczkki w sosie pomidorowym z kaszą bulgur (1,3,9)
Kalafior gotowany(9,p)
Woda mineralna

Czwartek
30.09

Chleb żytni i graham z margaryną
bezmleczną,
Dżem truskawkowy niskosłodzony,
szynka z piersi z indyka,
ogórek, rzodkiewka, (1,9,10,w,p)
Herbata z dzikiej róży

Zupa ogórkowa(1,9,p)
Risotto/makaron warzywny z szynką(1,p)
Woda mineralna

Piątek
1.10

Chleb żytni i graham z margaryną
bezmleczną,
Szynka drobiowa, Pasztet domowy
kiełki warzyw sałata(1,w,p)
Herbata owocowa

Zupa z zielonej i żółtej fasolki szparagowej (1,9,p)
Paluszki rybne, ziemniaki gotowane, surówka z kiszonym ogórkiem(1,3,p)
Woda mineralna