

PONIEDZIAŁEK 06.09.2021R.

ŚNIADANIE: bułka grahamka z masłem, ser żółty, pomidor, szpinak, czerwona cebulka, kawa zbożowa na mleku, śliwka.

OBIAD: zupa z ryżem jaśminowym, brokułem i kalafiozem, leczo z cukinii z filetem drobiowym, bułka weka, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: jabłko pieczone z bakaliami i miodem, pałka kukurydziana

WTOREK 07.09.2021R.

ŚNIADANIE: domowy schab pieczony w miodzie i czosnku, chleb słonecznikowy z masłem, ogórek świeży, kalarepa, szczypiorek, kawa zbożowa na mleku, winogrono.

OBIAD: zupa jarzynowa z ziemniakami, łazanki z kapustą świeżą, woda z sokiem pomarańczowym.

PODWIECZOREK: bułka weka z masłem orzechowym i miodem, mleko.

ŚRODA 08.09.2021R.

ŚNIADANIE: serek ziarnisty z ogórkiem świeżym, papryką, rzodkiewką i szczypiorkiem, chleb żytni z masłem, kielki brokuła, kawa zbożowa na mleku, arbuz.

OBIAD: rosół drobiowy z makaronem, udko drobiowe pieczone w ziołach i czosnku, ziemniaki, sałata z oliwkami, pomidorami i ogórkiem świeżym w sosie czosnkowo-ziołowym, kompot wieloowocowy.

PODWIECZOREK: budyń z kaszy manny z polewą bananowo-czekoladową.

CZWARTEK 09.09.2021R.

ŚNIADANIE: „szwedzki stół”: pieczywo mieszane, masło, domowy filet drobiowy pieczony, pomidor, ogórek świeży, ogórek kiszony, sałata, papryka, rzodkiewka, szczypiorek, kielki, ser mozzarella, ser żółty, jajko gotowane, kawa zbożowa na mleku, jabłko.

OBIAD: zupa gulaszowa z mięsem indyjskim, bułka weka, ryż basmati zapiekany ze śliwkami, miodem i cynamonem, woda z sokiem jabłkowym.

PODWIECZOREK: ciasto jogurtowe z borówkami, herbata czarna z miodem, imbirem i cytryną.

PIĄTEK 10.09.2021R.

ŚNIADANIE: zupa mleczna z płatkami orkiszowymi, banany, bakalie, siemię lniane, bułka weka z masłem i musem truskawkowym, brzoskwinia.

OBIAD: zupa pieczarkowa z kaszą jaglaną, ryba miruna po grecku, ziemniaki, kompot wiśniowy.

PODWIECZOREK: rogaliki drożdżowe z serem, sok pomarańczowy,