

Bez diety				
		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	10.10.2022	Herbata. Pieczywo mieszane z masłem, polędwica sopocka, sałata, kiełki słonecznika.	Zupa grochowa z natką. Makaron z białym serem, śmietaną i truskawkami. Kompot wiśniowy.	Herbata. Kanapki z chleba razowego ze schabem pieczonym (domowym), pomidor. Śliwki.
Wtorek	11.10.2022	Kakao. Chleb pszenny, z ziarnem, razowy z masłem, jajko, kiełbasa krakowska, szczypiorek, ogórek kwaszony.	Zupa pieczarkowa z ziemniakami. Ryż biały, pałki z kurczaka- pieczone, mizeria. Herbatka miętowa ze świeżą miętą i miodem.	Herbata. Sałatka owocowa (banan, winogrona, borówki, jabłko), chrupki kukurydziane.
Środa	12.10.2022	Płatki owsiane na mleku. Pieczywo mieszane z masłem, pieczeń wieprzowa, ser żółty, rzodkiewki, papryka.	Krupnik z kaszy jęczmiennej. Ziemniaki puree ze szpinakiem, kotlet rybny, surówka z kapusty kwaszonej z jabłkiem, marchewką i cebulą. Kompot porzeczkowy.	Kisiel wiśniowy-domowy, wafle ryżowe. Banan.
Czwartek	13.10.2022	Herbata. Pieczywo mieszane z masłem, parówki z szynki z ketchupem, ogórek świeży.	Zupa dyniowa z natką. Zapiekanek ziemniaczana z mięsem wieprzowym i brokułami, pomidor. Sok jabłkowy.	Herbata. Chleb razowy z masłem, białym serem, rzodkiewką i szczypiorkiem. Winogrona.
Piątek	14.10.2022	Herbata. Pieczywo mieszane z masłem, pasta jajeczna z awokado, papryka kolorowa.	Zupa pomidorowa z makaronem. Ziemniaki, potrawka z kurczaka z groszkiem i warzywami, ogórek świeży. Kompot wieloowocowy.	Mleko. Grzanki z dżemem wiśniowym. Jabłko.

Z dietą				
		Śniadanie	Obiad	Podwieczorek
Poniedziałek	10.10.2022	Herbata. Chleb pszenny i razowy z masłem lub margaryną, polędwica bezglutenowa, sałata, kiełki słonecznika.	Zupa grochowa z natką. Makaron z truskawkami, białym serem i śmietaną. Kompot wiśniowy niskosłodzony.	Herbata. Kanapki z chleba razowego z masłem/margaryną, pieczenią drobiową- domową i pomidorem. Śliwki.
Wtorek	11.10.2022	Herbata. Chleb pszenny i żytni z masłem lub margaryną, jajko gotowane, kiełbasa krakowska bezglutenowa, szczypiorek, ogórek kwaszony.	Zupa pieczarkowa z ziemniakami. Ryż biały, pałki z kurczaka- pieczone, mizeria. Herbatka miętowa ze świeżą miętą.	Herbata. Sałatka owocowa (banan, winogrona, borówki, jabłko), chrupki kukurydziane.
Środa	12.10.2022	Herbata. Pieczywo mieszane z masłem lub margaryną, pieczeń wieprzowa- domowa, ser żółty, rzodkiewka, papryka.	Krupnik z kaszy jęczmiennej z natką. Puree ziemniaczano- szpinakowe, kotlet rybny, surówka z kapusty kwaszonej (z jabłkiem, marchewką, cebulą). Kompot z czarnej porzeczki niskosłodzony.	Kisiel wiśniowy- domowy, wafle ryżowe. Banan.
Czwartek	13.10.2022	Herbata. Chleb pszenny, żytni, bezglutenowy z masłem lub margaryną, parówki bezglutenowe, ketchup, ogórek świeży.	Zupa dyniowa z natką. Zapiekanek ziemniaczana z mięsem wieprzowym i brokułami, pomidor. Sok jabłkowy.	Herbata. Chleb razowy z masłem/margaryną, twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką. Winogrona.
Piątek	14.10.2022	Herbata. Chleb pszenny i razowy z masłem z awokado, jajko gotowane, kiełbasa cienka bezglutenowa, papryka kolorowa.	Zupa pomidorowa z natką. Ziemniaki, potrawka z indyka z groszkiem i warzywami, ogórek świeży. Kompot truskawkowy.	Herbata. Grzanki z dżemem wiśniowym. Jabłko.