

Poniedziałek

<i>śniadanie</i>	Płatki jaglane z mlekiem 220ml (7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), szynką drobiową 20g i ogórkiem zielonym 10g, mandarynka 40g.
<i>obiad</i>	Zupa pomidorowa makaronem 220ml (1,7,9), ziemniaki 150g, pulpet w sosie koperkowym 60g (1,3,7), surówka z białej kapusty z oliwą 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Napój z miodem i cytryną 200ml, chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7) i sałatą lodową 5g, frytki z warzyw z pieca 100g (9), dip jogurtowo-czosnkowy 50g (7).

07.11.2023

Wtorek

<i>śniadanie</i>	Kakao 200ml (1,7), grahamka mini 40g (1) z masłem 5g (7), serem żółtym 20g (7) i pomidorem 10g, banan 40g.
<i>obiad</i>	Zupa fasolowa z warzywami 220ml (9), kasza gryczana niepalona z warzywami 150g, kotlet jajeczny z dymką 50g (1,3), surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem ananasa 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Budyń z konfiturą wiśniową 200ml (1,7), chałka 40g (1,7), jabłko 60g.

08.11.2023

Środa

<i>śniadanie</i>	Płatki kukurydziane z mlekiem 200ml (7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7), polędwicą sopocką 20g i papryką 10g, sok pomarańczowy 200ml.
<i>obiad</i>	Zupa ogórkowa z koperkiem 220ml (7,9), naleśniki z serem 150g (1,3,7) i polewą truskawkową 50g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Herbata owocowa 200ml, sałatka arabska "tabbouleh": kasza kuskus, ogórek świeży, pomidor, cebula, mięta, sok z cytryny, sól, pieprz, oliwa 200g (1); banan 40g.

09.11.2023

Czwartek

<i>śniadanie</i>	Kawa Inka z mlekiem 200ml (1,7), kromka chleba 35g (1) z masłem 5g (7) i ogórkiem zielonym 10g, parówka z szynki na gorąco 50g (6), ketchup 30g, marchewka surowa do chrupania 40g.
<i>obiad</i>	Ryżanka na włoszczyźnie z zieleniną 220ml (9), ziemniaki 150g, filet z kurczaka panierowany z pieca 60g (1,3), kapusta biała gotowana z pomidorami 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Herbata z cytryną 200ml, racuchy drożdżowe z jabłkiem 80g (1,3,7), gruszka 40g.

10.11.2023

Piątek

<i>śniadanie</i>	Kasza jaglana na mleku 220ml (7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7) i twarogiem ze szczypiorkiem 30g (7), mandarynka 40g.
<i>obiad</i>	Biały barszcz z ziemniakami zabielały 220ml (1,7,9), makaron pełnoziarnisty penne ze szpinakiem 150g (1,7), kotlet mielony z ryby 60g (1,3,4), surówka z buraczków z cebulką i oliwą 100g, kompot 200ml.
<i>podwieczorek</i>	Kisiel z malinami 200ml, bułeczka maślana 40g (1,7), jabłko 60g.