

Poniedziałek		20.11.2023
<i>śniadanie</i>	Płatki jęczmienne na mleku 220ml (1,7), kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), szynką 20g i ogórkiem zielonym 10g, jabłko 60g.	
<i>obiad</i>	Biały barszcz zabieleny z makaronem 220ml (1,7,9), kartoflak z cebulką z pieca 200g (1,3), sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego z oliwą 100g, kompot 200ml.	
<i>podwieczorek</i>	Koktajl malinowo-bananowy na jogurcie 200ml (7), ciasteczka kruche zbożowe SANTE 15g (1,7,8).	

Wtorek		21.11.2023
<i>śniadanie</i>	Kawa Inka z mlekiem 200ml (1,7), grahamka mini 40g (1) z masłem 5g (7) i pastą jajeczną ze szczypiorkiem 30g (3,10), marchewka surowa do chrupania 40g.	
<i>obiad</i>	Zupa jarzynowa z koperkiem 220ml (9), pierogi z serem 150g (1,7) i polewą truskawkową 50g, kompot 200ml.	
<i>podwieczorek</i>	Napój z miodem i cytryną 200ml, kanapka 35g (1) z masłem 5g (7), suchą krakowską 20g i pomidorem 10g, banan 40g.	

Środa		22.11.2023
<i>śniadanie</i>	Płatki kukurydziane z mlekiem 220ml (7), chleb żytni 35g (1) z masłem 5g (7), kielbasą parówkową 20g (6) i ogórkiem zielonym 10g, jogurt Bio Bakoma z owocami 140g (7).	
<i>obiad</i>	Zupa ogórkowa z warzywami zabieleną 220ml (1,7,9), makaron świderki 150g (1), gulasz drobiowy 60g (1), buraczki zasmażane 100g, kompot 200ml.	
<i>podwieczorek</i>	Napój wiśniowy 200ml, owsianka na wodzie z owocami i masłem orzechowym 150g (1,8), chipsy z jabłek 18g.	

Czwartek		23.11.2023
<i>śniadanie</i>	Kakao 200ml (1,7), kajzerka 40g (1) z serkiem homogenizowanym waniliowym 30g (7), banan 40g.	
<i>obiad</i>	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z ziemniakami 220ml (9), kasza gryczana 150g, udziec z indyka duszony 60g, surówka z selera i jabłka z orzechami i rodzynkami, z sosem śmietanowo-majonezowym 100g (7,8,9,10), kompot 200ml.	
<i>podwieczorek</i>	Herbata miętowa z miodem i cytryną 200ml, pizza margherita (wypiek własny) 100g (1,7), mandarynka 40g.	

Piątek		24.11.2023
<i>śniadanie</i>	Kasza manna na mleku 220ml (1,7), chleb razowy 35g (1) z masłem 5g (7), sałatą rozszponką 5g, serem żółtym 20g (7) i papryką czerwoną 10g, soczek owocowy w kartoniku 200ml.	
<i>obiad</i>	Zupa "solferino" z groszkiem zielonym i pomidorami zabieleną 220ml (1,7,9), ryż 150g, filec rybny panierowany z pieca 60g (1,3,4), surówka z kiszzonej kapusty z oliwą 100g, kompot 200ml.	
<i>podwieczorek</i>	Herbata owocowa 200ml, ciasto marchewkowe (wypiek własny) 100g (1,3,7), jabłko 60g.	