

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
ŚNIADANIE	pieczywo graham + bułka grahamka mała, szynka wieprzowa, masło, papryka czerwona lub warzywa sezonowe, mix sałat, herbata	pieczywo graham, pasta z tuńczykiem (ser twarogowy, tuńczyk, jogurt naturalny), ogórek kiszony, masło, mix sałata, herbata	pieczywo graham, masło, żółty ser, hummus (ciecierzyca, pasta tahini, kminek rzymski, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól), warzywa sezonowe, mix sałat, herbata	pieczywo graham, masło, serek topiony, szynka wieprzowa, warzywa sezonowe, mix sałat lub kiełki, herbata	pieczywo graham + bułka grahamka mała, masło, jajko, żółty ser, warzywa sezonowe, mix sałat, herbata	pieczywo graham, masło, szynka drobiowa, serek capresse, warzywa sezonowe, herbata	pieczywo graham, masło, pasztet drobiowy, mozzarella mini, mix sałat, warzywa sezonowe, herbata
II ŚNIADANIE	jogurt naturalny	sok pomidorowy	owoc	jogurt naturalny	kefir	sok pomidorowy	owoc
OBIAD I PODWIECZOREK	krupnik, zapiekanka gryczana z mięsem drobiowym (kasza gryczana, mięso drobiowe, jajko, warzywa korzenne, przyprawy), sałata zielona z warzywami i sosem vinegrette (mix sałat, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny), owoc sezonowy	zupa ogórkowa z ryżem brązowym, filet drobiowy w sosie śmietanowym z ziołami (filet z kurczaka, bulion warzywny, śmietana 18%, zioła prowansalskie), kasza pęczak, surówka z czerwonej kapusty (czerwona kapusta, marchewka, jabłko, sok z cytryny, jogurt naturalny), owoc sezonowy	żurek z jajkiem, pierogi ze szpinakiem (szpinak, twaróg, przyprawy), surówka z marchewki i selera (marchewka, jabłko, olej rzepakowy), jogurt naturalny	krem z kury, pieczeń rzymska z jajkiem (szynka wieprzowa, jajko, bułka tarta), kasza gryczana, mieszanka królewska (brokuł, kalafior, marchewka), owoc sezonowy	zupa pejazanka, gołąbki kaszą gryczaną (kapusta biała, kasza gryczana, twaróg) z sosem pomidorowo-bazyliowym, sałatka wiosenna z vinegrette (mix sałat, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny), sok wielowarzywny	krem marchewkowy z pomarańczą i imbirem, risotto (ryż brązowy) z mięsem (drobiowe), mix warzyw gotowanych, sałata zielona z warzywami i sosem vinegrette (mix sałat, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny), owoc sezonowy	rosół z makaronem pełnoziarnistym, schab pieczony z sosem żurawinowym (schab, bulion warzywny, śmietana 18%, suszona żurawina), kasza jagłana, surówka z selera z rodzynkami (seler, rodzynki, śmietana 12%, sok z cytryny, sól), sok pomidorowy

KOLACJA	pieczywo graham, masło, szynka drobiowa, żółty ser, warzywa sezonowe, mix sałat lub kiełki, herbata	pieczywo graham, masło, sałatka (grecka z serem feta i pieczonym filetem z kurczaka lub selerowa), herbata	pieczywo graham, twarożek z zieleniną (ser twarogowy, jogurt naturalny, koperek), mix sałat lub kiełki, warzywa sezonowe, herbata	pieczywo graham, masło, jajko na twardo, szynka drobiowa, masło, warzywa sezonowe, mix sałat, herbata	pieczywo graham, masło, pasta rybna z twarogiem (ser twarogowy, jogurt naturalny, makrela w sosie pomidorowym), warzywa sezonowe, mix sałat, herbata	pieczywo graham, masło szynka drobiowa, sałatka jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, jajko, jabłko, ogórek kiszony, jogurt naturalny, sól, pieprz), herbata	pieczywo graham, twarożek z ogórkiem (ser twarogowy, jogurt naturalny, ogórek, koperek), masło, warzywa sezonowe, mix sałat lub kiełki, herbata
II KOLACJA	pieczywo graham, masło, ser capressi, warzywa lub sałata	pieczywo graham, ser homogenizowany, warzywa lub sałata	pieczywo graham, pasta warzywna, ser capressi, warzywa lub sałata	pieczywo graham, masło, szynka drobiowa, warzywa lub sałata	pieczywo graham, twarożek na bazie jogurtu, warzywa lub sałata	pieczywo graham, pasta warzywna, serek żółty, warzywa lub sałata	pieczywo graham, pasta warzywna, szynka drobiowa, warzywa lub sałata

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
ŚNIADANIE	zupa mleczna z płatkami owsianymi i bananem (mleko 3,2%, płatki owsiane, banan), bułka weka, masło, dżem owocowy, herbata, cukier	pieczywo mieszane graham, jasne, pasta z tuńczykiem (ser twarogowy, tuńczyk, jogurt naturalny), ogórek kiszony, mix sałat, masło, herbata, cukier	pieczywo mieszane graham, jasne masło, żółty ser, hummus (ciecierzyca, pasta tahini, kminek rzymski, olej rzepakowy, sok z cytryny, sól), warzywa sezonowe, mix sałat, herbata, cukier	bułka graham, masło, serek topiony, szynka wieprzowa, warzywa sezonowe lub kiełki, herbata, cukier	zupa mleczna z płatkami, rodzynkami i kokosem (mleko 3,2%, płatki owsiane, wiórka kokosowe, rodzynki), bułka weka, masło, dżem owocowy, kawa zbożowa z mlekiem (kawa zbożowa, mleko 3,2%), cukier	pieczywo mieszane graham, jasne, masło, szynka wieprzowa, ser żółty, warzywa sezonowe, herbata, cukier	pieczywo mieszane graham, jasne, masło, paszтет drobiowy, mozzarella mini, mix sałat, warzywa sezonowe, herbata, cukier
OBIAD I PODWIECZOREK	krupnik, racuszki z twarożkiem i jabłkami, sałata zielona z ananasem i sosem vinegrette (mix sałat, ananas w syropie, oliwa z oliwek, zioła greckie), owoc sezonowy	zupa ogórkowa z ryżem, filet drobiowy w sosie śmietanowym z ziołami (filet z kurczaka, bulion warzywny, śmietana 18%, zioła prowansalskie), ryż z warzywami (ryż biały, kukurydza, marchewka, groszek), surówka z czerwonej kapusty, owoc sezonowy	żurek z jajkiem, pierogi ruskie, surówka z marchewki i jabłka (marchewka, jabłko, olej rzepakowy), jogurt owocowy	krem z kury, pieczeń rzymska z jajkiem (szynka wieprzowa, jajko, bułka tarta), ziemniaki, mieszanka królewska (brokuł, kalafior, marchewka), owoc sezonowy	zupa pejzanka, gołąbki bez zawijania (kapusta biała, mięso drobiowe, ryż, jajko) z sosem pomidorowo-bazyliowym, sałatka wiosenna z vinegrette (mix sałat, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny) sok wielowarzywny	krem marchewkowy z pomarańczą i imbirem, risotto z mięsem (ryż, mięso drobiowe), mix warzyw gotowanych, sałatka wiosenna z sosem vinegrette (mix sałat, pomidor, ogórek, olej rzepakowy, sok z cytryny), owoc sezonowy	rosół z makaronem, schab pieczony z sosem żurawinowym (schab, bulion warzywny, śmietana 18%, suszona żurawina), ziemniaki, surówka z selera z rodzynkami (seler, rodzynki, śmietana 12%, sok z cytryny, sól), sok pomidorowy

KOLACJA	pieczywo mieszane, masło, szynka drobiowa, żółty ser, warzywa sezonowe lub kielki, herbata, cukier	pieczywo graham, jasne, masło, sałatka (grecka z serem feta i pieczonym filetem z kurczaka lub sałatka selerowa), herbata, cukier	pieczywo graham, masło, twarożek z zieleńią (ser twarogowy, jogurt naturalny, koperek), mix sałat lub kielki, warzywa sezonowe, herbata, cukier	pieczywo graham, jajko na twardo, szynka drobiowa, masło, warzywa sezonowe, mix sałat, herbata, cukier	pieczywo mieszane, masło, pasta rybna z twarogiem (ser twarogowy, jogurt naturalny, makrela w sosie pomidorowym), warzywa sezonowe, mix sałat, herbata, cukier	pieczywo mieszane, masło, szynka drobiowa, sałatka jarzynowa na bazie jogurtu (marchewka, pietruszka, seler, jajko, jabłko, ogórek kiszony, jogurt naturalny, sól, pieprz), herbata, cukier	pieczywo mieszane, twarożek z ogórkiem (ser twarogowy, jogurt naturalny, ogórek, koperek), masło, warzywo sezonowe, mix sałat lub kielki, herbata, cukier
II KOLACJA	pieczywo graham, masło, ser capresi, dodatek warzywny	bułka maślana	sok wielowarzywny	babka ucierana	sok wielowarzywny	jogurt owocowy	jogurt naturalny