

	13.11.2023 PONIEDZIAŁEK	14.11.2023 WTOREK	15.11.2023 ŚRODA	16.11.2023 CZWARTEK	17.11.2023 PIĄTEK
ŚNIADANIE	Płatki żytnie na mleku	Płatki jaglane na mleku	Kluski lane na mleku	Kasza manna na mleku	Kawa na mleku
	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kawa na wodzie
	Pieczywo mieszane	Bułka paryska	Pieczywo mieszane	Bułka paryska	Bułka paryska
	z masłem, sałatą lodową, pomidorem i ogórkiem	z masłem, serek wiejski	z masłem, pastą z tuńczyka, jajka i ogórka kiszzonego	z masłem, humusem z papryki i majeranku	z masłem, pastą z pomidora suszonego i czosnku
	świeżym, majonez	Rzodkiewka, kielki		Rzodkiewka, papryka ramiro	Pomidorki koktajlowe
		Dieta-pasta mięsna	Dieta-tuńczyk, ogórek kiszony		
	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata
OWOC	Banan, jabłka	Gruszka, kiwi	Melon	Arbuz	Jabłka, kiwi, banan
	Kompot owocowy	Napar z kopru i cytryny	Lemoniada	Kompot truskawkowy	Napar z rumianku
ZUPA	Zupa jarzynowa	Zupa z cukinii i kalarepy	Zupa solferino	Zupa szpinakowa	Zupa prowansalska
	z ziemiankami, mięsem	z grzankami, mięsem	z ziemniakami, mięsem	z makaronem, mięsem i zieleniną	z ryżem, mięsem i zieleniną
	i zieleniną	i zieleniną	i zieleniną		
II DANI	Placki ziemniaczane	Spaghetti bolognese	Pieczeń z kurczaka	Kotleciki języki	Kotlety z ryby
	Surówka	w sosie pomidorowym	w sosie cebulowym	w sosie śmietankowym	nadziewane serem
		Fasola szparagowa	Ryż jaśminowy z koperkiem	Ziemniaki z koperkiem	w sosie koperkowym
		z bułką tartą	Marchew z groszkiem	Zasmażana czerwona kapusta	Kasza kuskus
		Surówka: marchew, jabłko	Surówka: pomidor, cebula,	Surówka: seler, jabłko, śmietana	Brokuł z bułką tartą
		sok z cytryny	prażony słonecznik, olej		Surówka: sałata lodowa, śmietana
	Kompot owocowy	Napar z kopru i cytryny	Lemoniada	Kompot truskawkowy	Napar z rumianku
PODWIECZOREK	Bułka paryska	Deser warstwowy	Gofry oprószone cukrem	Kisiel z sosem waniliowym	Koktajl brzoskwiniowy
	z masłem, pieczenią ze schabu (wyrób własny)	z bananem	pudrem (wyrób własny)	Kiwi	z nasionami chia
			Banan		
	Paseczki papryki	Dieta-biszkopt, banan		Dieta-kisiel, kiwi, flipsy	Dieta-kaszka bezmleczna
	DZIEŃ PLACKOW ZIEMIACZANYCH				z brzoskwinia i nasionami chia
	Kawa z mlekiem	Herbata	Ciepłe mleko	Herbata	