

10.06.2024-14.06.2024

	10.06.2024 PONIEDZIAŁEK	11.06.2024 WTOREK	12.06.2024 SRODA	13.06.2024 CZWARTEK	14.06.2024 PIĄTEK
ŚNIADANIE	Kasza orkiszowa na mleku	Płatki gryczane na mleku	Płatki owsiane na mleku	Kawa na mleku	Płatki kukurydziane na mleku
	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kaszka ryżowa	Dieta-kawa na wodzie	Dieta-kaszka ryżowa
	Pieczywo mieszane z masłem, żywiecką	Bułka paryska z masłem, pastą jajeczną	Bułka paryska z masłem, serem żółtym	Pieczywo mieszane z masłem, humusem z cebuli i majeranku	Bułka paryska z masłem, serkiem ziołowym
	Ogórek świeży	ze szczypiorkiem	Paseczki papryki	Ogórek kiszony, kielki	Pomidorki koktajlowe
		Rzodkiewka	Dieta-kanapka z warzywami		Dieta-dżem
		Dieta-wędlina			
	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata	Herbata
OWOC	Arbuz	Brzoskwinia, jabłka	Melon, gruszka	Tarta marchew z jabłkiem	Truskawka, banan
	Woda	Woda	Cytrynada	Woda	Woda
ZUPA	Zupa ogórkowa z ziemniakami, mięsem i zieleniną	Zupa z cukinii i kalarepy z grzankami na wywarze warzywnym	Krem z brokuła z tortellini na wywarze warzywnym	Zurek z jajkiem, ziemniakami, na wywarze warzywnym	Rosół z makaronem, mięsem i zieleniną
II DANIE	Naleśniki z twarogiem, truskawkami i śmietaną waniliową	Gulasz z indyka w sosie własnym	Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym ze śmietaną	Kotlety drobiowe w sosie hawajskim	Kotlety rybne nadziewane mozzarellą
	Dieta-naleśniki z dżemem	Ryż brązowy z koperkiem	Ziemniaki z koperkiem	Kasza bulgur z koperkiem	w sosie paprykowym
		Brukselka z sezamem	Marchew na krótko	Kalafior z prażonymi pestkami dyni	Ryż paraboliczny z koperkiem
		Surówka: buraczki na ciepło	Surówka: mizeria, śmietana	Surówka: kapusta pekińska, marchew, jabłko, olej	Marchewka z groszkiem
					Surówka: ogórek kiszony, por
	Woda	Woda	Cytrynada	Woda	Woda
PODWIECZOREK	Bułka paryska z masłem, pastą z cukinii i papryki	Jogurt bananowo-jagodowy z nasionami chia	Mus jabłkowy z cynamonem i ryżem	Drożdżówka z owocami (wypiek własny)	Koktajl brzoskwiinowy
	Pomidor	Dieta-kaszka bezmleczna z musem jagodowym			Biszkopty
					Dieta-kaszka bezmleczna z musem brzoskwiinowym
	Kawa z mlekiem	Herbata	Bawarka	Ciepłe mleko	