

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
<b>PONIEDZIAŁEK</b>  <b>18 maja</b>	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) Pasta z białego sera i czarnuszką (7) szynka wieprzowa 100% mięsa, ogórek zielony, kiełki, mleko (7) herbata owocowa z miodem i cytryną <b>KĄCIK ZDROWIA:</b> melon, jabłko	I DANIE: Barszcz ukraiński z ziemniakami i białą fasolą (7,9) woda źródłana II DANIE: Makaron minionkowy z białym serkiem i musem z truskawek (1,7) sok owocowy	Bułka z nasionami i masełkiem podawana z ogórkiem kiszonym (1,7)
<b>WTOREK</b>  <b>19 maja</b>	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) mini mozzarella (7), dżem 100% owoców, kiełki rzodkiewki, pomidory malinowa (7) kawa zbożowa z mlekiem (7) herbata ziołowa z cytryną <b>KĄCIK ZDROWIA:</b> melon, papryka	I DANIE: Krem z marchewki z dodatkiem prażonych nasion słonecznika (1,7,9) woda źródłana II DANIE: Spaghetti pełnoziarniste z sosem bolońskim z szynki wieprzowej podawane z patyczkami z ogórka kiszzonego (1,7) sok owocowy	Talerz pełen owoców
<b>ŚRODA</b>  <b>20 maja</b>	Bułka owsiana z masłem (1,6,7), pasta jajeczna (3), schab wieprzowy 100% mięsa, ogórek zielony, roszonek, kakao (7), herbata ziołowa z cytryną <b>KĄCIK ZDROWIA:</b> pomarańcza, jabłka	I DANIE: Zupa jarzynowa z młodych warzyw z natką pietruszki i lubczykiem (1,7,9), woda źródłana II DANIE: Grillowane medaliony z indyka podawane z ryżem parabolicznym, dipem ziołowo-czosnkowym i groszkiem z marchewką (7) sok owocowy	Jogurt naturalny z musem z mango i nasionami chia (1,7)
<b>CZWARTEK</b>  <b>21 maja</b>	Płatki jęczmienne na mleku (1,7) podawane ze świeżymi owocami, herbata ziołowa z cytryną <a href="#">Dla diety bezmlecznej na napoju owsianym (1)</a> <b>KĄCIK ZDROWIA:</b> jabłka, borówki	I DANIE: Rosół drobiowy z lubczykiem i lanymi kluseczkami (1,3,9) woda źródłana II DANIE: Gulasz z szynki wieprzowej podawany z kaszą jęczmienną pęczak i buraczkami z cebulką (1,7,9), sok owocowy	Świeżo tłoczony sok jabłkowy podawany ze snackami popcornowymi solonymi
<b>PIĄTEK</b>  <b>22 maja</b>	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) Ser biały wędzony (7) powidła śliwkowe, papryka czerwona, kawa zbożowa z mlekiem (7) herbata owocowa z miodem i cytryną <b>KĄCIK ZDROWIA:</b> Pomarańcza, jabłka	I DANIE: Zupa krem z białych warzyw podawana z chrupiącymi grzankami ziołowymi (1,7,9), woda źródłana II DANIE : Paluszki rybne podawana z gotowanymi ziemniakami i surówka z kapusty kiszzonej i marchewki (4) sok owocowy	Patyczki z młodych warzyw: kalarepa, marchewka