

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 16 lutego	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) ser biały w plastrach ze szczypiorkiem i cebulką (7) dżem 100% owoców, ogórek zielony, kawa zbożowa z mlekiem (7) herbata owocowa z cytryną KĄCIK ZDROWIA: jabłko, mandarynka	I DANIE: Krem ziemniaczany z karmelizowaną cebulką (9) woda źródlana II DANIE: Makaron minionkowy z sosem carbonara z dodatkiem śmietanki i boczku podawany z gotowanymi mini marchewczkami (1,7) sok owocowy	Budyń śmietankowy z kawałkami gorzkiej czekolady (1,7) Dla diety bezmlecznej na napoju migdałowym (8)
WTOREK 17 lutego OSTATKI	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) szynka drobiowa, pasta jajeczna (3), kielki rzodkiewki, herbata owocowa z cytryną, kawa zbożowa z mlekiem (7) KĄCIK ZDROWIA: melon, jabłko	I DANIE: Zupa ogórkowa z ziemniakami(1,9) woda źródlana II DANIE: Kurczak słodko- kwaśny z ananasem podawany z ryżem parabolicznym i patyczkami z papryki kolorowej (1) sok owocowy	Chrupiące suszone jabłuszka
ŚRODA 18 lutego	Bułka owsiana z masłem (1,6,7) pasta z tuńczyka z ogórkiem kiszonym (3,4), Pasta z białego sera z ogórkiem zielonym (7) pomidor malinowy, rukola, kakao (7) herbata ziołowa z cytryną KĄCIK ZDROWIA: pomarańcza	I DANIE: Zupa dyniowa z prażonymi pestkami dyni (7,9) II DANIE: Jajko gotowane z sosem musztardowym i gotowanymi ziemniaczkami, podawane z marchewką z groszkiem, sok owocowy (1,3,7,10)	Duo owocowo-warzywne Melon- ogórek zielony
CZWARTEK 19 lutego	Płatki jęczmienne na mleku podawane z suszonym mango (1,7,12) , herbata owocowa z cytryną Dla diety bezmlecznej na napoju migdałowym (8) KĄCIK ZDROWIA: jabłka, melon	I DANIE: Kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (1,3,9) woda źródlana II DANIE: Kofta wieprzowo- wołowa z piekarnika podawana z kaszą bulgur, dipem jogurtowo-czosnkowym i surówką kopenhaską z białej kapusty i ogórka zielonego (1,3,7,10) sok owocowy	Chlebek żytni z masłem i pomidorkami koktajlowymi (1,7)
PIĄTEK 20 lutego	Pieczywo mieszane z masłem (1,6,7) ser biały wędzony (7), hummus z suszonymi pomidorami, pomidorki koktajlowe, herbata ziołowa z miodem i cytryną KĄCIK ZDROWIA: mandarynki, jabłka	I DANIE: Zupa pomidorowa z ryżem (1,9) II DANIE : Smażone filety z miruny podawane z ziemniakami gotowanymi i surówką z kapusty kiszonej i marchewki (1,7) sok owocowy	Mus owocowy 100%