

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
ŚNIADANIE	chleb graham, masło, pasta z twarogu i ryby (twaróg półtłusty, serek homogenizowany, makrela w pomidorach, słonecznik), ser żółty, warzywa sezonowe, kawa zbożowa (kawa zbożowa, mleko 3,2%), cukier	chleb graham, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z kokosem (mleko 3,2%, płatki owsiane, wiórki kokosowe, rodzynki), kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb graham, masło, hummus (ciecierzyca z puszki, pasta tahini, kminek rzymski, olej rzepakowy, sok z cytryny), warzywa sezonowe, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb graham, masło, serek homogenizowany naturalny, mix sałat, kasza kuskus z prażonymi jabłkami i cynamonem, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	bułka grahamka, masło, twaróg z pietruszką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, pietruszka natka), trójkącik serka topionego, warzywa sezonowe, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb graham, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z bananem (mleko 3,2%, płatki owsiane, mieszanka bakali, banan), kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb graham, masło, ser żółty, sałatka z pomidora (pomidor, szczypiorek, słonecznik), kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier
II ŚNIADANIE	koktajl z owoców leśnych (mleko 3,2%, jogurt naturalny, owoce leśne, płatki owsiane, miód)	zielony koktajl (szpinak, banan, płatki owsiane, woda, sok jabłkowy)	koktajl truskawkowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, truskawki, płatki owsiane, miód)	koktajl malinowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, płatki owsiane, maliny, banan)	koktajl z buraka (mleko 3,2%, jogurt naturalny, burak gotowany, czarna porzeczka, płatki owsiane, miód)	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan
OBIAD i PODWIECZOREK	krem z pomidorów z serem mozzarella, paski fileta z kurczaka w sosie brokurowym, kasza pęczak, surówka z buraczków, kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa kalafiorowa, spaghetti z mięsem, sałatka wiosenna, kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z cukinii, pierogi z kaszą gryczaną i serem twarogowym, surówka z kapusty kiszonej, kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa ryżowa, gnocchi, gulasz drobiowy, surówka z buraczków, kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z zielonych warzyw, ryba miruna z warzywami po grecku, ziemniaki, surówka z selera z rodzynkami, kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa solferino, pieczona topatka w sosie pieczeniowym, kasza jęczmienna, surówka z marchewki, kompot bez cukru, owoc sezonowy	rosół drobiowy z makaronem, filet z kurczaka z pomidorami i bazylią, ziemniaki, surówka wiosenna, kompot bez cukru, owoc sezonowy
KOLACJA	chleb graham, masło, sałatka makaronowa z sosem jogurtowym (mieszanka warzyw, fasolka, jogurt, musztarda), wędlina, mix sałat, herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, pasta twarogowo-jajeczna (twaróg półtłusty, jajko, szczypiorek, jogurt naturalny, słonecznik), twaróg z papryką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, papryka mielona słodka), warzywa sezonowe, herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, sałatka ryżowa (ryż biały, mieszanka warzyw, fasolka, kukurydza, ogórek kiszony, jogurt naturalny, musztarda, olej rzepakowy, natka pietruszki), ser żółty, mix sałat, herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, sałatka capresse (mix sałat, burak gotowany, płatki migdałowe) z sosem zurawinowym (zuraWINA suszona, olej rzepakowy, ocet balsamiczny), herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, kasza bulgur z warzywami i tuńczykiem (kasza bulgur, pomidor, ogórek, mix sałat, tuńczyk w oleju, olej z tuńczyka, jogurt naturalny), twaróg półtłusty, herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, twaróg z rzodkiewką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, rzodkiewka, słonecznik), wędlina, warzywa sezonowe, herbata rooibos, cukier	chleb graham, masło, twaróg ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, szczypiorek), pasztecik warzywny z ciecierzycy (ciecierzyca, włośzczyzna, jajko, bułka tarta), warzywa sezonowe, herbata rooibos, cukier
II KOLACJA	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą selerową (seler gotowany, jajko, majonez, szczypiorek)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z szynką	wafle ryżowe z wędliną

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
ŚNIADANIE	chleb pszenny, masło, pasta z twarogu i ryby (twaróg półtłusty, serek homogenizowany, makrela w pomidorach, stonecznik), ser żółty, mix sałat kawa zbożowa (kawa zbożowa, mleko 3,2%), cukier	chleb jasny pszenny, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z kokosem (mleko 3,2%, płatki owsiane, wiórki kokosowe, rodzynki), kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, dżem truskawkowy niskostodzony, warzywa sezonowe, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb jasny pszenny, masło, serek homogenizowany naturalny, mix sałat, kasza kuskus z prażonymi jabłkami i cynamonem, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	bułka jasna pszenna, masło, twaróg z pietruszką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, pietruszka natka), trójkącik serka topionego, warzywa sezonowe, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb jasny pszenny, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z bananem (mleko 3,2%, płatki owsiane, mieszanka bakali, banan), kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier	chleb jasny pszenny, masło, twaróg półtłusty, wędlina, miód, kawa zbożowa (inka, mleko 3,2%), cukier
II ŚNIADANIE	koktajl z owoców leśnych (mleko 3,2%, jogurt naturalny, owoce leśne, płatki owsiane, miód)	zielony koktajl (szpinak, banan, płatki owsiane, woda, sok jabłkowy)	koktajl truskawkowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, truskawki, płatki owsiane, miód)	koktajl malinowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, płatki owsiane, maliny, banan)	koktajl z buraka (mleko 3,2%, jogurt naturalny, burak gotowany, czarna porzeczka, płatki owsiane, miód)	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan
OBIAD i PODWIECZOREK	krem z pomidorów z serem mozzarella, paski fileta z kurczaka w sosie brokurowym, kasza pęczak, surówka z buraczków kompot bez cukru owoc sezonowy	zupa kalafiorowa, spaghetti z mięsem, sałatka wiosenna kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z cukinii, pierogi z kaszą gryczaną i serem twarogowym, surówka z kapusty kiszonej kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa ryżowa, gnocchi, gulasz drobiowy, surówka z buraczków kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z zielonych warzyw, ryba miruna z warzywami po grecku, ziemniaki, surówka z selera z rodzynkami kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa solferino, pieczona topatka w sosie pieczeniowym, kasza jęczmienna, surówka z marchewki kompot bez cukru, owoc sezonowy	rosół drobiowy z makaronem, filet z kurczaka z pomidorami i bazylią, ziemniaki, surówka wiosenna kompot bez cukru, owoc sezonowy
KOLACJA	chleb jasny pszenny, masło, trójkącik serka topionego, dżem truskawkowy niskostodzony, wędlina, mix sałat herbata rooibos, cukier	chleb pszenny, masło, pasta twarogowo-jajeczna (twaróg półtłusty, jajko, szczypiorek, jogurt naturalny, stonecznik), twaróg z papryką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, papryka mielona słodka), warzywa sezonowe, herbata rooibos, cukier	chleb jasny pszenny, masło, jajko gotowane, twaróg półtłusty, mix sałat, herbata rooibos, cukier	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, twaróg półtłusty, miód, herbata rooibos, cukier	chleb jasny pszenny, masło, twaróg półtłusty, ser żółty, dżem truskawkowy niskostodzony, mix sałat, herbata rooibos, cukier	chleb jasny pszenny, masło, twaróg z rzodkiewką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, rzodkiewka, stonecznik), wędlina, warzywa sezonowe, mix sałat, herbata rooibos, cukier	chleb jasny pszenny, masło, twaróg ze szczypiorkiem (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, szczypiorek), paszтет warzywny z ciecierzycy (ciecierzyca, włośzczyzna, jajko, bułka tarta), warzywa sezonowe, herbata rooibos, cukier
II KOLACJA	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą selerową (seler gotowany, jajko, majonez, szczypiorek)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z szynką	wafle ryżowe z wędliną

	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela
ŚNIADANIE	chleb jasny pszenny, masło, pasta z twarogu i ryby (twaróg półtłusty, serek homogenizowany, makrela w pomidorach, sonecznik), ser żółty, mix sałat herbata malinowa, cukier	chleb jasny pszenny, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z kokosem (mleko 3,2%, płatki owsiane, wiórki kokosowe, rodzynki), herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, ser żółty, warzywa sezonowe, herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, serek homogenizowany naturalny, mix sałat, kasza kuskus z prażonymi jabłkami i cynamonem, herbata malinowa	bułka jasna pszenna, masło, twaróg z pietruszką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, pietruszka natka), krem czekoladowo-orzechowy, warzywa sezonowe, herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, dżem truskawkowy niskostodzony, owsianka z bananem (mleko 3,2%, płatki owsiane, mieszanka bakali, banan), herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, twaróg półtłusty, wędlina, herbata malinowa, cukier
II ŚNIADANIE	koktajl z owoców leśnych (mleko 3,2%, jogurt naturalny, owoce leśne, płatki owsiane, miód)	zielony koktajl (szpinak, banan, płatki owsiane, woda, sok jabłkowy)	koktajl truskawkowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, truskawki, płatki owsiane, miód)	koktajl malinowy (mleko 3,2%, jogurt naturalny, płatki owsiane, maliny, banan)	koktajl z buraka (mleko 3,2%, jogurt naturalny, burak gotowany, czarna porzeczka, płatki owsiane, miód)	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan	jogurt owocowy, sok marchew-jabłko-banan
OBIAD i PODWIECZOREK	krem z pomidorów z serem mozzarella, paski fileta z kurczaka w sosie brokurowym, kasza pęczak, surówka z buraczków kompot bez cukru owoc sezonowy	zupa kalafiorowa, spaghetti z mięsem, sałatka wiosenna kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z cukinii, pierogi z kaszą gryczaną i serem twarogowym, surówka z kapusty kiszonej kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa ryżowa, gnocchi, gulasz drobiowy, surówka z buraczków kompot bez cukru, owoc sezonowy	krem z zielonych warzyw, ryba miruna z warzywami po grecku, ziemniaki, surówka z selera z rodzynkami kompot bez cukru, owoc sezonowy	zupa solferino, pieczona topatka w sosie pieczeniowym, kasza jęczmienna, surówka z marchewki kompot bez cukru, owoc sezonowy	rosół drobiowy z makaronem, filet z kurczaka z pomidorami i bazylią, ziemniaki, surówka wiosenna kompot bez cukru, owoc sezonowy
KOLACJA	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, twaróg półtłusty, mix sałat herbata malinowa, cukier	chleb jasny pszenny, masło, pasta twarogowo-jajeczna (twaróg półtłusty, jajko, szczypiorek, jogurt naturalny, sonecznik), twaróg z papryką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, papryka mielona słodka), warzywa sezonowe, herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, dżem truskawkowy niskostodzony, mix sałat, herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, wędlina, trójząć sera topionego, herbata malinowa, cukier	chleb jasny pszenny, margaryna, twaróg półtłusty, dżem truskawkowy niskostodzony, mix sałat, herbata malinowa, cukier	chleb jasny pszenny, masło, twaróg z rzodkiewką (twaróg półtłusty, jogurt naturalny, rzodkiewka, sonecznik), warzywa sezonowe, mix sałat, herbata malinowa	chleb jasny pszenny, masło, ser żółty, paszтет warzywny z ciecierzycy (ciecierzyca, włościszyna, jajko, bułka tarta), warzywa sezonowe, herbata malinowa, cukier
II KOLACJA	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą selerową (seler gotowany, jajko, majonez, szczypiorek)	wafle ryżowe z pastą dyniową (dynia, suszone pomidory, olej rzepakowy, natka pietruszki)	wafle ryżowe z pastą z awokado (awokado, banan, kakao)	wafle ryżowe z szynką	wafle ryżowe z wędliną