

21-11-2022 pn.	Płatki mix1 (owsiane, jęczmienne, żytnie) na mleku7 z suszonymi owocami12, dynią, cynamonem, kardamonem i pestkami dyni. (diety – płatki gryczane na mleku migdałowym, dynią, cynamonem, kardamonem z pestkami dyni, wafel ryżowy). Chleb żytni na zakwasie1 posmarowany masłem7. Kabanos drobiowo-wieprzowy. Papryka kolorowa do chrupania. Napój z czarnego bzu.	Kanapka - wafel kukurydziany z bananem. Kawa Anatol na mleku1,7.	Zupa z fasolką szparagową z ziemniakami i natką (włoszczyzna9).	Ryba4 po grecku z warzywami (marchew, cebula, pietruszka, koncentrat pomidorowy). Ryż paraboliczny. Kalarepka do chrupania. Gruszka. Kompot z czarnej porzeczki.
22-11-2022 wt.	Makaron razowy1 na mleku7. Kanapka - chleb przenno-żyni1 posmarowany masłem7, pasta z ciecierzycy i tuńczyka4. STRAGAN WARZYWNY: pomidor, sałata rzymska, rzodkiew biała. Herbata owoce leśne.	Chrupki kukurydziane. Jabłko.	Żurek z kielbaską drobiową i ziemniakami (włoszczyzna9).	Racuchy słodzone bananem, polane musem truskawkowo-śliwkowym; serek twarogowy ( <a href="#">jajka3</a> , <a href="#">mąka pszenna1</a> , <a href="#">orkiszowa1</a> , <a href="#">mleko7</a> ). Marchewka do chrupania. [Diety – racuchy z dodatkiem napoju ryżowego i zmielonego siemienia. Mus owocowy. Prażone pestki dyni, słonecznika, orzechy nerkowca8. Marchewka do chrupania]. Woda do picia.
23-11-2022 śr.	Płatki orkiszowe1 na mleku7, z dodatkiem dyni, suszonych owoców12 (żurawiny i rodzynek), płatki migdałowe, prażone pestki dyni (diety – płatki amarantusowe na mleku ryżowym z orzechami nerkowca8 i makiem; wafel gryczany). Bułka grahamka1 z masłem7 i konfiturą z wiśni. Papryka kolorowa do chrupania. Napój imbirowo-cytrynowy do picia.	Budyń waniliowy1,7 – wyrób własny. Mango. <i>*Dzieci z gr. 1 i 2 robią ciasteczka na piątek.</i>	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i makaronem1 (włoszczyzna9).	Ziemniaki gotowane z czosnkiem, kminkiem i kurkumą. Kotlek siekany z indyka z warzywami (marchewka, cebula, natka pietruszki, jaja3, żółty ser7, mąka ziemniaczana, czosnek). Surówka z czerwonej kapusty parzona z dodatkiem soku z cytryny, prażonych pestek słonecznika i oleju. Jabłko. Napój cytrynowo-imbirowy do picia.
24-11-2022 czw.	Płatki owsiane1 na mleku7. Chleb z amarantusem1 posmarowany masłem7 i pastą humus z suszonymi pomidorami. rzodkiew biała, rucola. Herbata malinowa.	Chleb pszenno-żytni posmarowany masłem7 i posypany płatkami migdałowymi8. Herbata lipowa. Winogrona czerwone na deser. <i>*Dzieci z gr. 3,4,5 robią ciasteczka na piątek.</i>	Barszcz biały z jajkiem3 i z ziemniakami (włoszczyzna9).	Kasza gryczana. Gulasz z łopatką w sosie własnym1. Surówka z rzepy białej, szczypiorku, jogurtu7, majonezu3,10 / groszek zielony na parze polany olejem rzepakowym tłoczonym na zimno i olejem z rokitnika. Gruszka. Woda do picia z dodatkiem kardamonu, imbiru i cytryny.
25-11-2022 pt.	Płatki gryczane na mleku7 z makiem i pestkami słonecznika (diety makaron kukurydziany na mleku migdałowym). Chleb żytni1 posmarowany masłem7, szynka pieczona z Bobrownik, sałata, rukola, pomidor. Do picia herbata rumiankowa z dodatkiem czystka.	Jabłko pieczone. Ciasteczka robione przez dzieci 1,3,7. Maślanka naturalna7 do picia.	Zupa z pieczonymi burakami z kaszą quinoa (włoszczyzna9).	Ziemniaki puree z koperkiem7. Jajko sadzone3. Sałata lodowa z jogurtem7 / marchewka juniorka na parze z oliwą z oliwek. Banan. Herbata lipowa do picia.