

TYDZIEŃ 1	
PONIEDZIAŁEK	
ŚNIADANIE	PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM
OBIAD (I DANIE)	SPAGHETTI Z PESTO Z BAZYLIĄ
OBIAD (II DANIE)	KOTLECICKI SEZAMOWE Z INDYKA I WARZYW
PODWIECZOREK	MANGO LASSI Z PŁATKAMI
WTOREK	
ŚNIADANIE	PLACUSZKI Z JABŁKAMI I JOGURT
OBIAD (I DANIE)	KREM Z SOCZEWICY Z MLEKIEM KOKOSOWYM I GRZANKAMI
OBIAD (II DANIE)	RISOTTO Z GRUSZKA I SEREM KOZIM
PODWIECZOREK	MUFFIN CZEKOLADOWY
ŚRODA	
ŚNIADANIE	JOGURT Z OWOCAMI SEZONOWYMI I GRANOLĄ
OBIAD (I DANIE)	KREM Z GROSZKU I CUKINII Z PRAŻONYMI PESTKAMI SŁONECZNIKA
OBIAD (II DANIE)	POLICZKI WOŁOWE Z ZIEMNIAKAMI I OGÓRKAMI KISZONYMI
PODWIECZOREK	BUDYŃ Z OWOCAMI LEŚNYMI
CZWARTEK	
ŚNIADANIE	JAJECZNICA ZE SZCZYPIORKIEM, PIECZYWO ŻYTNIE
OBIAD (I DANIE)	RISOTTO Z SOSEM POMIDOROWYM I PARMEZANEM
OBIAD (II DANIE)	POLĘDWICA Z DORSZA Z ZIEMNIAKAMI
PODWIECZOREK	PANCAKE Z KONFITURĄ I OWOC
PIĄTEK	
ŚNIADANIE	OWSIANKA Z OWOCAMI
OBIAD (I DANIE)	ZUPA BURACzkOWA Z FASOLĄ
OBIAD (II DANIE)	BUCATINI Z SOSEM POMIDOROWYM
PODWIECZOREK	JOGURT Z PŁATKAMI I OWOCE

TYDZIEŃ 2	
PONIEDZIAŁEK	
ŚNIADANIE	PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM
OBIAD (I DANIE)	ZUPA Z WARZYWAMI (MINESTRONE)
OBIAD (II DANIE)	PULPETY WOŁOWE W SOSIE POMIDOROWYM I PUREE ZIEMNIACZANE
PODWIECZOREK	SAŁATKA OWOCOWA I WAFLE
WTOREK	
ŚNIADANIE	BRUSCHETTA Z MOZZARELLĄ I POMIDORAMI
OBIAD (I DANIE)	RISOTTO JESIENNE
OBIAD (II DANIE)	PIECZONA RYBA Z ZIEMNIAKAMI I SAŁATĄ
PODWIECZOREK	CROSTATA (TARTA OWOCOWA)
ŚRODA	
ŚNIADANIE	SEREK HOMOGENIZOWANY Z OWOCAMI
OBIAD (I DANIE)	ZUPA POMIDOROWA
OBIAD (II DANIE)	STROGONOW Z WOŁOWINY I DOMOWE GNOCCHI
PODWIECZOREK	GOFRY DOMOWE I OWOC
CZWARTEK	
ŚNIADANIE	OMLET
OBIAD (I DANIE)	KREM Z KALAFIORA I PORA Z GRZANKAMI
OBIAD (II DANIE)	RISOTTO Z ŁOSOSIEM I WARZYWAMI
PODWIECZOREK	BABECZKI Z OWOCAMI LEŚNYMI
PIĄTEK	
ŚNIADANIE	OWSIANKA Z OWOCAMI
OBIAD (I DANIE)	MARCHEWKOWE PALUSZKI Z OLIWĄ I SOKIEM CYTRYNOWYM
OBIAD (II DANIE)	PIZZA MARGHERITA
PODWIECZOREK	SHAKE OWOCOWY I WAFLE

TYDZIEŃ 3	
PONIEDZIAŁEK	
ŚNIADANIE	JAJECZNICA Z SZYNKĄ I ZE SZCZYPIORKIEM
OBIAD (I DANIE)	ZUPA POMIDOROWA
OBIAD (II DANIE)	PENNE Z PESTO
PODWIECZOREK	MANGO LASSI Z PŁATKAMI
WTOREK	
ŚNIADANIE	BRUSCHETTA Z MOZZARELLĄ I POMIDORAMI
OBIAD (I DANIE)	ZUPA Z CIECIERZYCY Z WARZYWAMI
OBIAD (II DANIE)	INDYK PIECZONY Z WARZYWAMI
PODWIECZOREK	NALEŚNIKI I OWOC
ŚRODA	
ŚNIADANIE	PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM
OBIAD (I DANIE)	KREM Z CUKINII
OBIAD (II DANIE)	LASAGNA
PODWIECZOREK	BATONIKI OWSIANE Z BAKALIAMI
CZWARTEK	
ŚNIADANIE	TOSTY Z SZYNKĄ I SERKIEM
OBIAD (I DANIE)	RISOTTO Z SZAFRANEM I PARMEZANEM
OBIAD (II DANIE)	GULASZ CIEŁĘCY Z WARZYWAMI
PODWIECZOREK	BABECZKI CZEKOLADOWE I OWOC
PIĄTEK	
ŚNIADANIE	CROISSANT DOMOWY Z KONFITURĄ
OBIAD (I DANIE)	PENNE Z GROSZKIEM Z SZYNKĄ
OBIAD (II DANIE)	RYBA PIECZONA Z ZIEMNIAKAMI
PODWIECZOREK	ŚWIEŻO WYCISKANY SOK Z MARCHWI I JABŁEK Z DOMOWYMI COOKIES

TYDZIEŃ 4	
PONIEDZIAŁEK	
ŚNIADANIE	KANAPKI Z SEREM I WARZYWAMI
OBIAD (I DANIE)	ZUPA BURACZKOWA Z FASOLĄ
OBIAD (II DANIE)	KASZOTTO Z INDYKIEM I WARZYWAMI
PODWIECZOREK	SALATKA OWOCOWA Z GORZKĄ CZEKOLADĄ I BAKALIAMI
WTOREK	
ŚNIADANIE	JAJKO NA TWARDO Z PIECZYWEM I POMIDORAMI
OBIAD (I DANIE)	ZUPA OGÓRKOWA
OBIAD (II DANIE)	SPAGHETTI ALLA BOLOGNESE
PODWIECZOREK	PANCAKE Z KONFITURĄ I OWOCAMI
ŚRODA	
ŚNIADANIE	FRANKFURTERKI Z WARZYWAMI
OBIAD (I DANIE)	RISOTTO Z MELONEM I MIĘTĄ
OBIAD (II DANIE)	ESKALOPKI Z INDYKA Z SOSEM CYTRINOWYM
PODWIECZOREK	KOKTAJL ZE SZPINAKIEM
CZWARTEK	
ŚNIADANIE	PŁATKI KUKURYDZIANE Z MLEKIEM
OBIAD (I DANIE)	ROSÓŁ DROBIOWY Z WARZYWAMI
OBIAD (II DANIE)	RYBA PIECZONA Z ZIEMNIAKAMI
PODWIECZOREK	BABECZKI MARCHEWKOWE
PIĄTEK	
ŚNIADANIE	PANCAKE Z KONFITURĄ I OWOCAMI
OBIAD (I DANIE)	FARFALLE Z BAKŁAŻANEM I POMIDORAMI (ALLA NORMA)
OBIAD (II DANIE)	PULPETY W SOSIE POMIDOROWYM I PUREE ZIEMNIACZANE
PODWIECZOREK	SHAKE OWOCOWY