

Menu Lovely Kitchen - Tydzień | Week (40) 30.09-4.10.2024

PONIEDZIAŁEK/MONDAY

- **II śniadanie:** pałki kukurydziane, kakao + jabłko (7)
- **Obiad:** zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty, makaron spaghetti, sos carbonara z kielbasą + marchewka słupek (1,7,9)
- **Obiad wege:** zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty, makaron spaghetti, sos carbonara + marchewka słupek (1,7,9)
- **Deser:** jabłko
- **II breakfast:** corn sticks, cocoa + apple (7)
- **Lunch:** cabbage soup with sauerkraut, spaghetti, carbonara sauce with sausage + carrot sticks (1,7,9)
- **Vege lunch:** cabbage soup with sauerkraut, spaghetti, carbonara sauce + carrot sticks (1,7,9)
- **Dessert:** apple

WTOREK/TUESDAY

- **II śniadanie:** jogurt pitny actimel + gruszka (7)
- **Obiad:** zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, kotlet mielony, mizeria z ogórków z jogurtem greckim (1,3,7,9)
- **Obiad wege:** zupa pomidorowa z ryżem, ziemniaki, kotlet z ciecierzycy, mizeria z ogórków z jogurtem greckim (1,3,7,9)
- **Deser:** kompot z owoców sezonowych
- **II breakfast:** actimel drinking yogurt + pear (7)
- **Lunch:** tomato soup with rice, potatoes, minced cutlet, cucumber salad with Greek yogurt (1,3,7,9)
- **Vege lunch:** tomato soup with rice, potatoes, chickpea cutlet, cucumber salad with Greek yogurt (1,3,7,9)
- **Dessert:** seasonal fruit compote

ŚRODA/WEDNESDAY

- **II śniadanie:** płatki kukurydziane na mleku + orzechy włoskie (7,8)
- **Obiad:** zupa z soczewicy czerwonej, makaron ze szpinakiem, kurczakiem i serem feta (1,7,9)
- **Obiad wege:** zupa z soczewicy czerwonej, makaron ze szpinakiem i serem feta (1,7,9)
- **Deser:** kisiel żurawinowy z kawałkami żurawiny
- **II breakfast:** cornflakes with milk + walnuts (7,8)
- **Lunch:** red lentil soup, pasta with spinach, chicken and feta cheese (1,7,9)
- **Vege lunch:** red lentil soup, pasta with spinach and feta cheese (1,7,9)
- **Dessert:** cranberry jelly with cranberry pieces

CZWARTEK/THURSDAY

- **II śniadanie:** herbatniki (1,3)
- **Obiad:** zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowym z pestkami słonecznika, kasza gryczana, gulasz z szynki wieprzowej, surówka z białej rzepy z jogurtem greckim (1,7)
- **Obiad wege:** zupa krem z dyni z mleczkiem kokosowym z pestkami słonecznika, kasza gryczana, gulasz warzywny, surówka z białej rzepy (7)
- **Deser:** galaretki z bitą śmietaną i owocami (7)
- **II breakfast:** biscuits (1,3)
- **Lunch:** pumpkin cream soup with coconut milk and sunflower seeds, buckwheat, pork ham goulash, white radish salad with Greek yogurt (1,7)
- **Vege lunch:** cream of pumpkin soup with coconut milk and sunflower seeds, buckwheat, vegetable stew, white radish salad (7)
- **Dessert:** jelly with whipped cream and fruit (7)
-



PIĄTEK/FRIDAY

- **II śniadanie:** biszkopty + koktajl bananowy (1,7)
- **Obiad:** zupa fasolowa z ziemniakami, naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowo-jabłkowym (1,3,7,9)
- **Obiad wege:** zupa fasolowa z ziemniakami, naleśniki z twarogiem i dżemem truskawkowo-jabłkowym (1,3,7,9)
- **Deser:** pucharek owocowy
- **II breakfast:** sponge cakes + banana smoothie (1,7)
- **Lunch:** bean soup with potatoes, pancakes with cottage cheese and strawberry-apple jam (1,3,7,9)
- **Vege lunch:** bean soup with potatoes, pancakes with cottage cheese and strawberry-apple jam (1,3,7,9)
- **Dessert:** fruit cup

Alergeny|Allergic: gluten|gluten (1), skorupiaki|crustaceans (2), jajajeggs (3), ryba|fish (4), orzeszki ziemne|peanuts (5), soja|soy (6), mleko|milk (7), orzechy|nuts (8), seler|celery (9), gorczyca|mustard (10), sezam|sesame (11)