

## PONIEDZIAŁEK

JARZYNOWA Z ZIEMNIAKAMI (wołowina ziemniaki marchew **seler** pietruszka **brukselka fasolka kalafior brokuł** sól pieprz degusta)

MAKARON ZE SZPINAKIEM JABŁKO ( **mąka** woda sól szpinak ser żółty czosnek )

## WTOREK

ZIEMNIACZANA Z POMIDOREM (woda wołowina pomidor marchew seler pietruszka por **seler** natka sól pieprz degusta)

GULASZ Z KASZĄ JĘCZMIENNĄ OGÓREK KISZONY (mięso z łopatki cebula sól pieprz majeranek **mąka** kasza ogórek )

## ŚRODA

OGÓRKOWA Z ZIEMNIAKAMI (woda wołowina marchew **seler** pietruszka por cebula natka ogórki kiszane ziemniaki **śmietana** )

KLUSECZKI LENIWE SURÓWKA Z MARCHEWKI I ANANASA (**mąka** **jaja twaróg** cukier sól ananas marchew cukier masło)

## CZWARTEK

OWOCOWA Z MAKARONEM (woda śliwka wiśnie śmietana cukier **makaron**)

KURCZAK DUSZONY ZIEMNIAKI SAŁATA Z JOGURTEM (kurczak **jogurt** **śmietana** sałata świeża cukier kwasek sól pieprz )

## PIĄTEK

KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI (woda ziemniaki **kasza jęczmienna** marchew **seler** pietruszka por sól pieprz natka pietruszki )

MAKARON Z TUŃCZYKIEM JABŁKO (**tuńczyk** makaron ser żółty śmietana czosnek cebula sól pieprz)

