


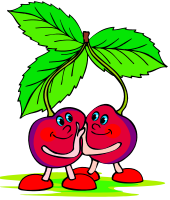



SMART LIFESTYLE

JESIEN/ZIMA 17/18

V = wegetarianskie
* wegetarianskie na
zamowienie

TYDZIEN 1 zaczyna sie: 23 pazdziernik, 20 listopad, 18 grudzien, 29 styczen, 26 luty, 26th Marzec

Poniedzialek	wtorek	sroda*	czwartek*	piatek
				
Makaron z serem(v)	kurczak curry z ryzem	Ryba z frytkami	Tradycyjna pieczen wolowa	Burger wolowy lub z sarniny albo
albo burger wegetarianski w bulce z kawalkami ziemniakow	albo ziemniak pieczony z dodatkami	albo nagrodzone danie tygodnia kurczak po chinsku z makaronem	albo paluszki rybne z lososia	domowa zupa z kanapkami
Warzywa sezonowe lub salatka	Warzywa sezonowe lub salatka	Warzywa sezonowe lub salatka	ziemniaki Warzywa sezonowe lub salatka	Warzywa sezonowe lub salatka
lody i owoce	deser owocowy z budyniem	sernik owocowy	domowe ciasto z napojem mlecznym	Owocowy piatek
jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru

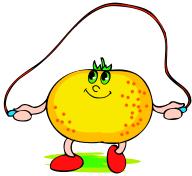

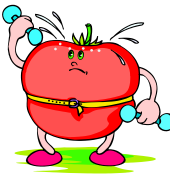

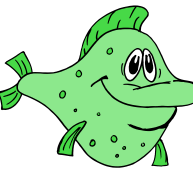
**burger z sarniny zawiera 28% baraniny (HM) - domowe

Do wyboru pieczywo, woda, mleko, i soki owocowe jako dodatek do posilku

SMART LIFESTYLE

JESIEN/ZIMA 17/18

TYDZIEN 2 zaczyna sie: 30 pazdziernik, 27 listopad, 8th styczen, 5th luty, 5th Marzec




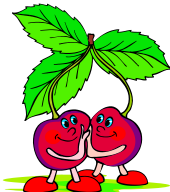

poniedzialek	wtorek	sroda*	czwartek*	piatek
				
<p>makaron z sosem pomidorowym(v)</p>	<p>ziemniaki z sosem miesnym</p>	<p>ryba w cieście(MSC) i gotowane ziemniaki</p>	<p>Tradycyjna pieczen wieprzowa</p>	<p>Pizza(v)</p>
<p>albo</p>	<p>albo</p>	<p>albo</p>	<p>albo</p>	<p>albo</p>
<p>burger warzywny z pieczywem i humusem(v)</p>	<p>zawijas serowy(v)</p>	<p>kielbaski z ryzem</p>	<p>paluszki rybne z lososia</p>	<p>domowa zupa i wrapy z nadzieniem do wyboru(v)</p>
<p>Warzywa sezonowe lub salatka</p>	<p>Warzywa sezonowe lub salatka</p>	<p>Warzywa sezonowe lub salatka</p>	<p>pieczone ziemniaki Warzywa sezonowe lub salatka</p>	<p>Warzywa sezonowe lub salatka</p>
<p>puding ryzowy z owocami jogurty i owoce do wyboru</p>	<p>lody mleczone jogurty i owoce do wyboru</p>	<p>owoce pod kruszonka z budyniem jogurty i owoce do wyboru</p>	<p>ciasto domowe z napojem mlecznym jogurty i owoce do wyboru</p>	<p>Owocowy piatek jogurty i owoce do wyboru</p>

SMART LIFESTYLE

JESIEN/ZIMA 17/18

Wszystkie posiłki
zostały zatwierdzone
przez dietetyków

TYDZIEN 3 zaczyna się: 6th listopad, 4th grudzień, 15th styczeń, 12th luty,
12th Marzec

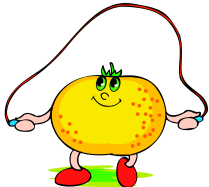

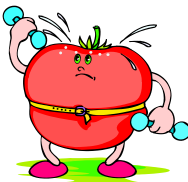

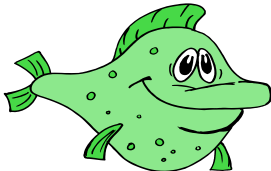
poniedziałek	wtorek	środa*	czwartek*	piątek
				
Makaron z serem(v) albo meksykańskie Burrito(v)	kurczak curry z ryżem albo ziemniak pieczony z dodatkami	Ryba z frytkami albo burger wegetariański w bulce z kawałkami ziemniaków	Homemade Steak Pie albo paluszki rybne z lososia	Meatballs & Pasta albo domowa zupa z kanapkami
Warzywa sezonowe lub sałatka	Warzywa sezonowe lub sałatka	Warzywa sezonowe lub sałatka	pieczone ziemniaki Warzywa sezonowe lub sałatka	Warzywa sezonowe lub sałatka
lody i owoce jogurty i owoce do wyboru	deser owocowy z budyń jogurty i owoce do wyboru	ciasto owocowe musli jogurty i owoce do wyboru	ciasto domowe z napojem mlecznym jogurty i owoce do wyboru	Owocowy piątek jogurty i owoce do wyboru



SMART LIFESTYLE

JESIEN/ZIMA 17/18

TYDZIEN 4 zaczyna sie: 13th listopad, 11th grudzien, 22rd styczen, 19th luty(wolne), 19th Marzec

poniedzialek	wtorek*	sroda*	czwartek*	piatek
				
Pizza(v)	domowe paszteciki	paluszki rybne(MSC) z gotowanymi ziemniakami	Tradycyjna pieczen z kurczaka	makaron z sosem pomidorowym (v)
albo domowa zupa i wrapy z nadzieniem do wyboru(v)	albo filet z kurczaka	albo sos miesny z ryzem	albo paluszki rybne z lososia	albo kielbaski pieczone
Warzywa sezonowe lub salatka	ziemniaki gotowane Warzywa sezonowe lub salatka	Warzywa sezonowe lub salatka	pieczone ziemniaki Warzywa sezonowe lub salatka	Warzywa sezonowe lub salatka
owocowy Sorbet	owoce pod kruszonka z budyniem	galaretka i owoce	ciasto domowe z napojem mlecznym	Owocowy piatek
jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru	jogurty i owoce do wyboru