



# MENU TYGODNIA

09.03 - 13.03.2026



## Poniedziałek



Zupa ogórkowa



Samosy z kapustą, sos z czerwonej soczewicy, czerwona kapusta z pestkami dyni + surówka



## Wtorek



Zupa kapuśniak



Zapiekanka z bakłażana (cukinia, cebula, papryka, tofu wędzone, bakłażan, sos pomidorowy), ryż naturalny, brokuł + surówka

## Środa



Zupa z soczewicy



Kotlety z brokułów, ziemniaki lub kasza jęczmienna, sos pieczeniowy, buraczki z papryką + surówka

## Czwartek



Zupa pomidorowa z makaronem razowym



Gnocchi szpinakowe i dyniowe z prażonymi pestkami dyni i słonecznika, burger z fasoli, marchewka z groszkiem + surówka

## Piątek



Zupa kalafiorowa



Calzone ze szpinakiem, tofucznicą, sos pietruszkowy, pieczone warzywa + surówka

