

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
01.12.2025r PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	chleb żytni, chleb ze słonecznikiem, masło, wędlina, deserek waniliowo-śmietankowy, pomidor malinowy, sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)	chleb żytni, chleb ze słonecznikiem, wędlina, deser wegański, pomidor malinowy, sałata, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa krupnik z kaszą jęczmienną pęczak i ziemniakami, placki z jabłkami, kompot wieloowocowy	zupa krupnik z kaszą jęczmienną pęczak i ziemniakami, placki z jabłkami, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	chleb wiejski z masłem, wędlina, sałata, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, papryka żółta, herbata z cytryną	chleb wiejski, wędlina, sałata, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, papryka żółta, herbata z cytryną
02.12.2025r. WTOREK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło, powidła śliwkowe, jajko gotowane, rzodkiewka, papryka żółta, pomidor koktajlowy, kawa mleczna, herbata malinowa II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – kiwi, gruszka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)	chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, powidła śliwkowe, jajko gotowane, rzodkiewka, papryka żółta, pomidor koktajlowy, kawa mleczna, herbata malinowa II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – kiwi, gruszka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)

	OBIAD	zupa ryżanka z marchewką, pietruszką, selerem i porem, kotlet mielony z mięsa wieprzowego, surówka z białej kapusty z jabłkiem i marchewką, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z jabłek	zupa ryżanka z marchewką, pietruszką, selerem i porem, kotlet mielony z mięsa wieprzowego, surówka z białej kapusty z jabłkiem i marchewką, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z jabłek
	PODWIECZOREK	mleczna kanapka, mus owocowy, herbata z cytryną	baton zbożowy, mus owocowy, herbata z cytryną
03.12.2025r. ŚRODA	ŚNIADANIE	chleb pszenny razowy, chleb włoski z oliwą, masło, paprykarz z kaszą jaglaną, ser żółty, roszponka, pomidorek koktajlowy, rzodkiewka, napój bezmleczny, herbata z cytryną II ś: mandarynka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – ogórek zielony, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – mandarynka, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)	chleb pszenny razowy, chleb włoski z oliwą, paprykarz z kaszą jaglaną, ser żółty bezmleczny, roszponka, pomidorek koktajlowy, rzodkiewka, napój bezmleczny, herbata z cytryną II ś: mandarynka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – ogórek zielony, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – mandarynka, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa ogórkowa (tarte kiszone ogórki z włoszczyzną) z ziemniakami i śmietaną, makaron penne z kurczakiem, pesto paprykowo-pomidorowym i pestkami słonecznika, kompot z porzeczki czarnej	zupa ogórkowa (tarte kiszone ogórki z włoszczyzną) z ziemniakami i śmietaną, makaron penne z kurczakiem, pesto paprykowo-pomidorowym i pestkami słonecznika, kompot z porzeczki czarnej
	PODWIECZOREK	serek waniliowy Bakuś, herbatniki, herbata owocowa	deser wegański, herbatniki, herbata owocowa
04.12.2025r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb żytni razowy, masło, ser kozi, hummus z pomidorami, ogórek zielony, pomidor malinowy, rzodkiewka, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda	bułka pszenna, chleb żytni razowy, ser kozi, hummus z pomidorami, ogórek zielony, pomidor malinowy, rzodkiewka, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda

		„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – banan, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)	„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – banan, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa krem z dyni z kluseczkami, polędwiczka wieprzowa duszona z warzywami, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z truskawek	zupa krem z dyni z kluseczkami, polędwiczka wieprzowa duszona z warzywami, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z truskawek
	PODWIECZOREK	chleb zdrowy chlebek z masłem, wędlina, papryka żółta, ogórek zielony, pomidor malinowy, herbata z cytryną	chleb zdrowy chlebek, wędlina, papryka żółta, ogórek zielony, pomidor malinowy, herbata z cytryną
05.12.2025r. PIĄTEK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, masło, płatki owsiane z żurawiną i rodzynkami, konfitura z jagód, mleko, herbata z cytryną II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – banan, mandarynka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)	chałka pszenna, płatki owsiane z żurawiną i rodzynkami, konfitura z jagód, napój bezmleczny, herbata z cytryną II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – banan, mandarynka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa szczawiowa (przecier szczawiowy) z ziemniakami zabielana śmietaną, spaghetti carbonara z boczkiem parzonym wędzonym, kompot z wiśni	zupa szczawiowa (przecier szczawiowy) z ziemniakami zabielana śmietaną, spaghetti carbonara z boczkiem parzonym wędzonym, kompot z wiśni
	PODWIECZOREK	jogurt skyr owocowy, chrupki kukurydziane, herbata owocowa	jogurt wegański, chrupki kukurydziane, herbata owocowa

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali