

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
02.02.2026r PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	bułka pszenna z masłem, chleb razowy pełnoziarnisty, masło, wędlina, żurawina z gruszką i pomarańczą, papryka czerwona, rzodkiewka, ogórek kiszony, kakao, herbata z cytryną II ś: mandarynka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, mandarynka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)	bułka pszenna, chleb razowy pełnoziarnisty, wędlina, żurawina z gruszką i pomarańczą, papryka czerwona, rzodkiewka, ogórek kiszony, kakao, herbata z cytryną II ś: mandarynka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, mandarynka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa żurek na zakwasie z ziemniakami zabieleny śmietaną, placki z jabłkami, kompot ze śliwek	zupa żurek na zakwasie z ziemniakami, placki z jabłkami, kompot ze śliwek
	PODWIECZOREK	chleb żytni z masłem, wędlina, ogórek zielony, rukola, papryka żółta, herbata z cytryną	chleb żytni, wędlina, ogórek zielony, rukola, papryka żółta, herbata z cytryną
03.02.2026r. WTOREK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb pszenno-żytni z kielkami, masło, paprykarz z kaszą jagłaną, ser kozi, pomidorki koktajlowe, szczypiorek, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – pomidorki koktajlowe, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – gruszka, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)	chałka pszenna, chleb pszenno-żytni z kielkami, paprykarz z kaszą jagłaną, ser kozi, pomidorki koktajlowe, szczypiorek, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – pomidorki koktajlowe, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – gruszka, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)

	OBIAD	zupa marchewkowa (wywar mięsno-warzywny, marchew gotowana) z makaronem pszennym, schab duszony w sosie własnym, ogórek kiszony, kasza jęczmienna perłowa, kompot wieloowocowy	zupa marchewkowa (wywar mięsno-warzywny, marchew gotowana) z makaronem pszennym, schab duszony w sosie własnym, ogórek kiszony, kasza jęczmienna perłowa, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	deser czekolada-orzech, chrupki kukurydziane, woda z cytryną	deser wegański czekoladowy, chrupki kukurydziane, woda z cytryną
04.02.2026r. ŚRODA	ŚNIADANIE	chleb wiejski, chleb ze słonecznikiem, masło, wędlina, jajko gotowane, papryka żółta, rzodkiewka, rukola, kakao, herbata z cytryną IIś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)	chleb wiejski, chleb ze słonecznikiem, wędlina, jajko gotowane, papryka żółta, rzodkiewka, rukola, kakao, herbata z cytryną IIś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami, makaron muszelki z musem truskawkowym, woda z miodem i cytryną	zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami, makaron muszelki z musem truskawkowym, woda z miodem i cytryną
	PODWIECZOREK	chleb żytni z masłem, wędlina, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną	chleb żytni, wędlina, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną
05.02.2026r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	chałka z masłem, chleb razowy, masło miód, pasztet drobiowy/wieprzowy, pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: gruszka, woda	chałka z masłem, chleb razowy, miód, pasztet drobiowy/wieprzowy, pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: gruszka, woda

		„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, mandarynka „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 – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, mandarynka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa kalafiorowa z ziemniakami zabelana śmietaną, spaghetti z sosem z mięsa wieprzowego z pomidorami, ser żółty, kompot z jabłek	zupa kalafiorowa z ziemniakami, spaghetti z sosem z mięsa wieprzowego z pomidorami, kompot z jabłek
	PODWIECZOREK	mleczna kanapka, mus owocowy, herbata z cytryną	baton zbożowy, mus owocowy, herbata z cytryną
06.02.2026r. PIĄTEK	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb wiejski, masło, wędlina, ser żółty, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidorek koktajlowy, kakao, herbata owocowa, Iiś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)	bułka pszenna, chleb wiejski, wędlina, ser żółty bezmleczny, rzodkiewka, ogórek zielony, pomidorek koktajlowy, kakao, herbata owocowa, Iiś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa pomidorowa z przecieranych pomidorów z makaronem zabelana śmietaną, leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z wiśni	zupa pomidorowa z przecieranych pomidorów z makaronem, leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z wiśni
	PODWIECZOREK	wafle ryżowe, konfitura z wiśni, powidła śliwkowe, herbata z cytryną	wafle ryżowe, konfitura z wiśni, powidła śliwkowe, herbata z cytryną

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali