

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
03.11.2025r PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	chleb wiejski, chleb razowy, masło wędlina, pasta warzywna z pomidorami, papryka żółta, pomidor koktajlowy, rzodkiewka, kakao, herbata owocowa II ś: banan, 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 – kiwi, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)	chleb wiejski, chleb razowy, wędlina, pasta warzywna z pomidorami, papryka żółta, pomidor koktajlowy, rzodkiewka, kakao, herbata owocowa II ś: banan, 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 – kiwi, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa barszcz biały na wywarze mięsno-warzywnym i naturalnym zakwasie z ziemniakami zabieleny śmietaną, makaron łazanki z kapustą kiszoną, kompot z wiśni	zupa barszcz biały na wywarze mięsno-warzywnym i naturalnym zakwasie z ziemniakami, makaron łazanki z kapustą kiszoną, kompot z wiśni
	PODWIECZOREK	chleb pszenno-żytni z kielkami, masło, wędlina, kielki, pomidorek koktajlowy, papryka zielona, herbata z cytryną	chleb pszenno-żytni z kielkami, wędlina, kielki, pomidorek koktajlowy, papryka zielona, herbata z cytryną
04.11.2025r. WTOREK	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło dżem owoce leśne, twarożek z rzodkiewką, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, rukola, napój bezmleczny, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na V śniadanie gr. I – papryka żółta, pomidorki koktajlowe „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)	bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, dżem owoce leśne, mus owocowy, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, rukola, napój bezmleczny, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na V śniadanie gr. I – papryka żółta, pomidorki koktajlowe „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. III – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)

	OBIAD	zupa krem z zielonego groszku z makaronem kuleczki, schab w sosie koperkowym, surówka z marchewki, jabłka i pora, ziemniaki tłuczone, kompot z malin	zupa krem z zielonego groszku z makaronem kuleczki, schab w sosie koperkowym, surówka z marchewki, jabłka i pora, ziemniaki tłuczone, kompot z malin
	PODWIECZOREK	serek Bakuś biszkoptowy, ciastka owsiane kakaowe, herbata owocowa	deser wegański, ciastka owsiane kakaowe, herbata owocowa
05.11.2025r. ŚRODA	ŚNIADANIE	chleb razowy, chałka pszenna, masło, ser mozzarella, konfitura z truskawek, pomidorki koktajlowe, sałata, papryka żółta, rzodkiewka, II ś: gruszka, 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 – gruszka, śliwka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)	chleb razowy, chałka pszenna, ser bezmleczny, konfitura z truskawek, pomidorki koktajlowe, sałata, papryka żółta, rzodkiewka, II ś: gruszka, 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 – gruszka, śliwka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa szczawiowa (przecier szczawiowy) z makaronem zabieleną śmietaną, paluszki rybne, surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot z truskawek	zupa szczawiowa (przecier szczawiowy) z makaronem, paluszki rybne, surówka z kapusty kiszonej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot z truskawek
	PODWIECZOREK	wafle ryżowe, pasta ze słonecznika z pomidorami, ogórek kiszony, papryka żółta, rzodkiewka, szczypiorek, herbata owocowa	wafle ryżowe, pasta ze słonecznika z pomidorami, ogórek kiszony, papryka żółta, rzodkiewka, szczypiorek, herbata owocowa
06.11.2025r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	chleb razowy, bułka pszenna, masło jajko gotowane, powidła śliwkowe, rzodkiewka, szczypiorek, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda	chleb razowy, bułka pszenna, jajko gotowane, powidła śliwkowe, rzodkiewka, szczypiorek, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda

		„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – kiwi, jabłko „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 – ogórek zielony, rzodkiewka „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – kiwi, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa ziemniaczana z włoszczyzną, filet z indyka w sosie własnym, fasolka zielona gotowana, kasza jęczmienna pęczak, kompot wieloowocowy	zupa ziemniaczana z włoszczyzną, filet z indyka w sosie własnym, fasolka zielona gotowana, kasza jęczmienna pęczak, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	chrupki kukurydziane bananowe, owoce w galaretce, herbata owocowa	chrupki kukurydziane bananowe, owoce w galaretce, herbata owocowa
07.11.2025r PIĄTEK	ŚNIADANIE	chleb ze słonecznikiem, chleb wiejski, masło, pasztet wieprzowy, ser z ziołami, pomidor malinowy, papryka żółta, sałata, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – gruszka, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)	chleb ze słonecznikiem, chleb wiejski, pasztet wieprzowy, ser bezmleczny, pomidor malinowy, papryka żółta, sałata, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – gruszka, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa gołąbkowa z ryżem (mięso mielone wieprzowe, biała kapusta poszatkowana i przecier z pomidorów, makaron pomidorowo-szpinakowy z jajkiem, kompot z jabłek	zupa gołąbkowa z ryżem (mięso mielone wieprzowe, biała kapusta poszatkowana i przecier z pomidorów, makaron pomidorowo-szpinakowy z jajkiem, kompot z jabłek
	PODWIECZOREK	ciasto marchewkowe, sok jabłkowy tłoczony	ciasto marchewkowe, sok jabłkowy tłoczony

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali