

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
07.04.2026r. WTOREK	ŚNIADANIE	<p>chleb ze słonecznikiem, chleb wiejski, masło, wędlina, ser twarogowy z ziołami, rzodkiewka, papryka żółta, kiełki, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: banan, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – papryka żółta, rzodkiewka „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)</p>	<p>chleb ze słonecznikiem, chleb wiejski, wędlina, ser żółty bezmleczny, rzodkiewka, papryka żółta, kiełki, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: banan, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. V – papryka żółta, rzodkiewka „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)</p>
	OBIAD	<p>zupa szczawiowa z ziemniakami zabieleną śmietaną (przecier szczawiowy, wywar warzywny), kaszotto z kaszy jęczmiennej pęczak z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por, papryka, cukinia i pieczarki), woda z cytryną</p>	<p>zupa szczawiowa z ziemniakami (przecier szczawiowy, wywar warzywny), kaszotto z kaszy jęczmiennej pęczak z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por, papryka, cukinia i pieczarki), woda z cytryną</p>
	PODWIECZOREK	<p>jogurt skyr waniliowy do picia, chrupki kukurydziane, woda z cytryną</p>	<p>jogurt wegański, chrupki kukurydziane, woda z cytryną</p>
08.04.2026r. ŚRODA	ŚNIADANIE	<p>bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło, twarożek ze szczypiorkiem, dżem brzoskwiniowy, papryka żółta, ogórek zielony, pomidor koktajlowy, kakao, herbata z cytryną, II ś: jabłko, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – ogórek zielony, pomidor koktajlowy „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – jabłko, banan</p>	<p>bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, pasta warzywna, dżem brzoskwiniowy, papryka żółta, ogórek zielony, pomidor koktajlowy, kakao, herbata z cytryną, II ś: jabłko, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – ogórek zielony, pomidor koktajlowy „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – jabłko, banan</p>

		<p>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)</p>
	OBIAD	<p>zupa krem z pomidorów z ryżem (pomidory przecierane, wywar warzywny), paluszki rybne, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot wieloowocowy</p>	<p>zupa krem z pomidorów z ryżem (pomidory przecierane, wywar warzywny), paluszki rybne, surówka z kapusty pekińskiej z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot wieloowocowy</p>
	PODWIECZOREK	<p>chleb żytni z masłem, roszponka, papryka żółta, ogórek kiszony, rzodkiewka, papryka czerwona, herbata owocowa</p>	<p>chleb żytni, roszponka, papryka żółta, ogórek kiszony, rzodkiewka, papryka czerwona, herbata owocowa</p>
09.04.2026r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	<p>bułka pszenna, chleb żytni razowy, masło, ser mozzarella, konfitura z truskawek rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, kakao, herbata owocowa, II ś: kiwi, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – papryka czerwona, ogórek zielony „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)</p>	<p>bułka pszenna, chleb żytni razowy, ser żółty bezmleczny, konfitura z truskawek rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, kakao, herbata owocowa, II ś: kiwi, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – papryka czerwona, ogórek zielony „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)</p>
	OBIAD	<p>zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (wywar mięsno-warzywny), spaghetti z sosem (mięso wieprzowe, pomidory przecierane), ser żółty, woda</p>	<p>zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami (wywar mięsno-warzywny), spaghetti z sosem (mięso wieprzowe, pomidory przecierane), ser żółty, woda</p>
	PODWIECZOREK	<p>jogurt owocowy, biszkopty, herbata z cytryną</p>	<p>jogurt wegański owocowy, biszkopty, herbata z cytryną</p>
10.04.2026r.	ŚNIADANIE	<p>chleb razowy pełnoziarnisty, chleb żytni, masło, wędlina, miód,</p>	<p>chleb razowy pełnoziarnisty, chleb żytni, masło, wędlina, miód,</p>

PIĄTEK		<p>ogórek zielony, pomidor koktajlowy, rzodkiewka, papryka żółta, mleko, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda</p> <p>„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 – jabłko, gruszka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>	<p>ogórek zielony, pomidor koktajlowy, rzodkiewka, papryka żółta, mleko, herbata z cytryną II ś: gruszka, woda</p> <p>„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 – jabłko, gruszka „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>
	OBIAD	<p>zupa krem z zielonego groszku z makaronem kuleczki (zupa na wywarze warzywnym), kotlet z jajka z natką pietruszki, sałatka z ogórka kiszzonego z jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot z jabłek</p>	<p>zupa krem z zielonego groszku z makaronem kuleczki (zupa na wywarze warzywnym), kotlet z jajka z natką pietruszki, sałatka z ogórka kiszzonego z jabłkiem, ziemniaki z koperkiem, kompot z jabłek</p>
	PODWIECZOREK	<p>chleb wiejski z masłem, wędlina, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną</p>	<p>chleb wiejski, wędlina, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną</p>

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali