

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
09.02.2026r PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb żytni, masło, konfitura z malin, pasta warzywna, ogórek zielony, papryka czerwona, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – ogórek zielony, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)	bułka pszenna, chleb żytni, konfitura z malin, pasta warzywna, ogórek zielony, papryka czerwona, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – ogórek zielony, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami i śmietaną, makaron świderki z białym serem twarogowym i jogurtem naturalnym, kompot wieloowocowy	zupa ogórkowa z kiszonych ogórków z ziemniakami, makaron świderki owocami, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	chleb razowy z masłem, wędlina, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną	chleb razowy, wędlina, papryka czerwona, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata z cytryną
10.02.2026r. WTOREK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb pszenno-żytni z kielkami, masło, dżem owoce leśne, jajko gotowane, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, kakao, herbata owocowa, II ś: gruszka, 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)	chałka pszenna, chleb pszenno-żytni z kielkami, dżem owoce leśne, jajko gotowane, pomidorki koktajlowe, ogórek zielony, rzodkiewka, kakao, herbata owocowa, II ś: gruszka, 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)	gr. IV, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, makaron penettki z indykiem i suszonymi pomidorami w sosie jogurtowym, kompot z truskawek	zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, makaron penettki z indykiem i suszonymi pomidorami, kompot z truskawek
	PODWIECZOREK	skyr truskawkowy, chrupki kukurydziane, herbata z cytryną	mus owocowy, chrupki kukurydziane, herbata z cytryną
11.02.2026r. ŚRODA	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb żytni, masło, wędlina, ser mozzarella, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, papryka czerwona „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)	bułka pszenna, chleb żytni, wędlina, ser żółty bezmleczny, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka czerwona, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, papryka czerwona „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 zacierkowa z kluseczkami z mąki pszennej z ziemniakami, kaszotto z włoszczyzną, papryką, cukinią i pieczarkami, kompot malin	zupa zacierkowa z kluseczkami z mąki pszennej z ziemniakami, kaszotto z włoszczyzną, papryką, cukinią i pieczarkami, kompot malin
	PODWIECZOREK	pieczywo chrupkie, serek śmietankowy, łosoś wędzony, pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, herbata z cytryną	pieczywo chrupkie, łosoś wędzony, pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, herbata z cytryną
12.02.2026r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb wiejski, masło, wędlina, konfitura z wiśni, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa II ś: banan, woda	chałka pszenna, chleb wiejski, wędlina, konfitura z wiśni, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa II ś: banan, woda

		„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – pomidorek koktajlowy, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, banan „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, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł, kalafior) z ziemniakami i śmietaną, pierogi z owocami i jogurtem naturalnym, kompot z wiśni	zupa jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł, kalafior) z ziemniakami, pierogi z owocami, kompot z wiśni
	PODWIECZOREK	pączek z marmoladą, sok jabłkowy	pączek z marmoladą, sok jabłkowy
13.02.2026r. PIĄTEK	ŚNIADANIE	bulka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło wędlina, twarożek z rzodkiewką, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka żółta, kakao, herbata owocowa, II ś: 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)	bulka pszenna, chleb ze słonecznikiem, wędlina, owoce w syropie, rzodkiewka, ogórek zielony, papryka żółta, kakao, herbata owocowa, II ś: 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 ryżanka z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por), filet z mintaja w panierce, surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i marchewką, ziemniaki z koperkiem, kompot z jabłek	zupa ryżanka z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por), filet z mintaja w panierce, surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i marchewką, ziemniaki z koperkiem, kompot z jabłek
	PODWIECZOREK	deser wegański czekolada z wiśniami, biszkopty, herbata z cytryną	deser wegański czekolada z wiśniami, biszkopty, herbata z cytryną

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali