

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
10.11.2025r. PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	chleb tostowy pełnoziarnisty z masłem, wędlina, dżem z truskawek, pomidorek koktajlowy, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony „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 tostowy pełnoziarnisty, wędlina, dżem z truskawek, pomidorek koktajlowy, rzodkiewka, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: banan, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony „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 jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł, kalafior) z ziemniakami i śmietaną, makaron z jogurtem naturalnym, kompot jabłkowy	zupa jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł, kalafior) z ziemniakami, makaron z truskawkami, kompot jabłkowy
	PODWIECZOREK	baton zbożowy, brzoskwinie w syropie, herbata owocowa	baton zbożowy, brzoskwinie w syropie, herbata owocowa
12.11.2025r. ŚRODA	ŚNIADANIE	bułka pszenna, chleb wiejski, masło, pasta warzywna, powidła śliwkowe, ogórek zielony, rzodkiewka, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – gruszka, 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 wiejski, pasta warzywna, powidła śliwkowe, ogórek zielony, rzodkiewka, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: jabłko, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. I – rzodkiewka, ogórek zielony „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. IV – gruszka, 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, spaghetti z sosem (mięso wieprzowe, pomidory przecierane), ser żółty, kompot z truskawek	zupa kapuśniak z kiszonej kapusty z ziemniakami, spaghetti z sosem (mięso wieprzowe, pomidory przecierane), ser żółty bezmleczny, kompot z truskawek
	PODWIECZOREK	mus owocowy, snacky popcornowe, herbata z cytryną	mus owocowy, snacky popcornowe, herbata z cytryną

13.11.2025r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	chałka pszenna z masłem, konfitura z jagód, płatki zbożowe na mleku, herbata owocowa II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – papryka żółta, pomidorek koktajlowy „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)	chałka pszenna, konfitura z jagód, płatki zbożowe na napoju bezmlecznym, konfitura z jagód, herbata owocowa II ś: gruszka, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – papryka żółta, pomidorek koktajlowy „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – gruszka, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa grochówka z ziemniakami, risotto z drobiu z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszką, seler, por, groszek konserwowy), kompot z wiśni	zupa grochówka z ziemniakami, risotto z drobiu z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszką, seler, por, groszek konserwowy), kompot z wiśni
	PODWIECZOREK	chleb żytni pełnoziarnisty z masłem, wędlina, rzodkiewka, papryka żółta, pomidorek koktajlowy, herbata z cytryną	chleb żytni pełnoziarnisty, wędlina, rzodkiewka, papryka żółta, pomidorek koktajlowy, herbata z cytryną
14.11.2025r. PIĄTEK	ŚNIADANIE	chleb żytni, chleb ze słonecznikiem, masło, wędlina, ser kozi, rzodkiewka, papryka czerwona, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – kiwi, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)	chleb żytni, chleb ze słonecznikiem, wędlina, ser bezmleczny, rzodkiewka, papryka czerwona, ogórek zielony, kakao, herbata z cytryną II ś: kiwi, woda „WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, papryka czerwona „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – kiwi, banan „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, naleśniki z białym serem twarogowym, kompot wieloowocowy	zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami, naleśniki z dżemem truskawkowym, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	chleb razowy pełnoziarnisty z masłem, wędlina, sałata, papryka czerwona, pomidor malinowy, sok owocowy	chleb razowy pełnoziarnisty, wędlina, sałata, papryka czerwona, pomidor malinowy, sok owocowy

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali