

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
15.06.2026r. PONIEDZIAŁEK	<b>ŚNIADANIE</b>	<p>chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło wędlina, dżem brzoskwiniowy, sałata lodowa, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, mleko, herbata owocowa II ś: kiwi, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, rzodkiewka <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, kiwi <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, wędlina, dżem brzoskwiniowy, sałata lodowa, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, napój bezmleczny, herbata owocowa II ś: kiwi, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorek koktajlowy, rzodkiewka <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. I – gruszka, kiwi <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)</p>
	<b>OBIAD</b>	<p>zupa ryżanka z warzywami ( wywar warzywny, marchewka, pietruszka, seler, por), leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z malin</p>	<p>zupa ryżanka z warzywami ( wywar warzywny, marchewka, pietruszka, seler, por), leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z malin</p>
	<b>PODWIECZOREK</b>	<p>chleb wiejski, wędlina, ogórek zielony, pomidor malinowy, papryka żółta, herbata z cytryną</p>	<p>chleb wiejski, wędlina, ogórek zielony, pomidor malinowy, papryka żółta, herbata z cytryną</p>
16.06.2026r. WTOREK	<b>ŚNIADANIE</b>	<p>chleb razowy pełnoziarnisty, chleb żytni, masło twarożek z ogórkiem zielonym, powidła śliwkowe, kiełki, papryka czerwona, papryka żółta, kakao, herbata owocowa II ś: banan, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. V – ogórek zielony, papryka żółta <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. III – banan, kiwi <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>chleb razowy pełnoziarnisty, chleb żytni, ser żółty bezmleczny, powidła śliwkowe, kiełki, papryka czerwona, papryka żółta, kakao, herbata owocowa II ś: banan, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. V – ogórek zielony, papryka żółta <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. III – banan, kiwi <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)</p>

	<b>OBIAD</b>	zupa szczawiowa z makaronem zabieleną śmietaną (przecier szczawiowy, wywar warzywny), kotlet z polędwicy wieprzowej w panierce z bułki tartej i jajka, surówka z marchewki, jabłka i pora, ziemniaki z koperkiem, kompot z truskawek	zupa szczawiowa z makaronem (przecier szczawiowy, wywar warzywny), kotlet z polędwicy wieprzowej w panierce z bułki tartej i jajka, surówka z marchewki, jabłka i pora, ziemniaki z koperkiem, kompot z truskawek
	<b>PODWIECZOREK</b>	sałatka owocowa z dodatkiem rodzynek i żurawiny, herbatniki, herbata z cytryną	sałatka owocowa z dodatkiem rodzynek i żurawiny, herbatniki, herbata z cytryną
<b>17.06.2026r. ŚRODA</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło, ser żółty, krem czekoladowy, ogórek zielony, papryka czerwona, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: gruszka, woda  <b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. I – papryka czerwona, ogórek zielony <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. IV – gruszka, jabłko <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)	bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, ser żółty bezmleczny, krem czekoladowy, ogórek zielony, papryka czerwona, kielki, kakao, herbata owocowa II ś: gruszka, woda  <b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. I – papryka czerwona, ogórek zielony <b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. IV – gruszka, jabłko <b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)
	<b>OBIAD</b>	rosół drobiowo-wołowy z makaronem, potrawka z kurczaka z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por, groszek zielony), ogórek zielony, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z wiśni	rosół drobiowo-wołowy z makaronem, potrawka z kurczaka z warzywami (marchewka, pietruszka, seler, por, groszek zielony), ogórek zielony, ziemniaki tłuczone z koperkiem, kompot z wiśni
	<b>PODWIECZOREK</b>	chleb wiejski, sałatka warzywna z jajkiem i majonezem, herbata z cytryną	chleb wiejski, sałatka warzywna z jajkiem i majonezem, herbata z cytryną
<b>18.06.2026r. CZWARTEK</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	chleb ze słonecznikiem, chałka pszenna, masło, konfitura z malin, jajko gotowane, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa II ś: jabłko, woda	chleb ze słonecznikiem, chałka pszenna, konfitura z malin, jajko gotowane, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa II ś: jabłko, woda

		<p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, pomidorki koktajlowe</p> <p><b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. V – jabłko, banan</p> <p><b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)</p>	<p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, pomidorki koktajlowe</p> <p><b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. V – jabłko, banan</p> <p><b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)</p>
	<b>OBIAD</b>	<p>zupa z brokułów (brokuł mrożony) z ziemniakami i śmietaną,</p> <p>risotto z drobiu z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszka, seler, por, groszek konserwowy),</p> <p>kompot ze śliwek</p>	<p>zupa z brokułów (brokuł mrożony) z ziemniakami,</p> <p>risotto z drobiu z warzywami (filet z indyka, marchewka, pietruszka, seler, por, groszek konserwowy),</p> <p>kompot ze śliwek</p>
	<b>PODWIECZOREK</b>	<p>chleb razowy pełnoziarnisty z masłem, wędlina, sałata, papryka czerwona, ogórek zielony, herbata z cytryną</p>	<p>chleb razowy pełnoziarnisty, wędlina, sałata, papryka czerwona, ogórek zielony, herbata z cytryną</p>
<b>19.06.2026r. PIĄTEK</b>	<b>ŚNIADANIE</b>	<p>chałka pszenna, chleb wiejski, masło, wędlina, pasta ze słonecznika z suszonymi pomidorami, rzodkiewka, papryka żółta, ogórek zielony, napój bezmleczny, herbata z cytryną</p> <p>II ś: truskawki, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, papryka żółta</p> <p><b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. VI – jabłko, truskawki</p> <p><b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>	<p>chałka pszenna, chleb wiejski, wędlina, pasta ze słonecznika z suszonymi pomidorami, rzodkiewka, papryka żółta, ogórek zielony, napój bezmleczny, herbata z cytryną</p> <p>II ś: truskawki, woda</p> <p><b>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI”</b> – mix warzyw na II śniadanie gr. II – ogórek zielony, papryka żółta</p> <p><b>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI”</b> – mix owoców na II śniadanie gr. VI – jabłko, truskawki</p> <p><b>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa”</b> – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>
	<b>OBIAD</b>	<p>zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami (wywar mięsno-warzywny),</p> <p>spaghetti carbonara z boczkiem parzonym wędzonym,</p> <p>kompot z jabłek</p>	<p>zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami (wywar mięsno-warzywny),</p> <p>spaghetti carbonara z boczkiem parzonym wędzonym,</p> <p>kompot z jabłek</p>
	<b>PODWIECZOREK</b>	<p>chleb ze słonecznikiem z masłem, wędlina, ogórek zielony, papryka czerwona, rzodkiewka, herbata owocowa</p>	<p>chleb ze słonecznikiem, wędlina, ogórek zielony, papryka czerwona, rzodkiewka, herbata owocowa</p>

**„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”**

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali