

| DATA                   | POSILEK      | DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | DIETA BEZMLECZNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|------------------------|--------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 02.05.2025r.<br>PIĄTEK | ŚNIADANIE    | <p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny, masło, wędlina, żurawina z pomarańczą, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa<br/> II ś: banan, woda<br/> <b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b> Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. II<br/> <b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/> gr. V – banan, kiwi<br/> <b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. III – pomidorki koktajlowe, papryka żółta</p> | <p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny, wędlina, żurawina z pomarańczą, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata malinowa<br/> II ś: banan, woda<br/> <b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b><br/> Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. II<br/> <b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/> gr. V – banan, kiwi<br/> <b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. III – pomidorki koktajlowe, papryka żółta</p> |
|                        | OBIAD        | <p>zupa ogórkowa (tarte kiszone ogórki z marchewką, pietruszką, selerem i porem) z ziemniakami zabelana śmietaną,<br/> makaron pszenny świderki z jogurtem naturalnym, kompot z wiśni</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>zupa ogórkowa (tarte kiszone ogórki z marchewką, pietruszką, selerem i porem) z ziemniakami, makaron pszenny świderki z owocami, kompot z wiśni</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                        | PODWIECZOREK | <p>serek waniliowy Bakuś, herbatniki, sok pomarańczowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>deserek wegański, herbatniki, sok pomarańczowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

| DATA                        | POSILEK      | DIETA PODSTAWOWA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | DIETA BEZMLECZNA                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 05.05.2025r<br>PONIEDZIAŁEK | ŚNIADANIE    | <p>chałka, chleb pszenny, masło,<br/>płatki wielozbożowe na mleku,<br/>dżem truskawkowy, konfitura z jagód,<br/>herbata z cytryną<br/>II ś: jabłko, woda</p> <p><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b> Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. III</p> <p><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. I, VI – pomarańcza, jabłko</p> <p><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. V – ogórek zielony, papryka czerwona</p>                                                | <p>chałka, chleb pszenny,<br/>płatki wielozbożowe na napoju roślinnym,<br/>dżem truskawkowy, konfitura z jagód,<br/>herbata z cytryną<br/>II ś: jabłko, woda</p> <p><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b><br/>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. III</p> <p><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. I, VI – pomarańcza, jabłko</p> <p><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. V – ogórek zielony, papryka czerwona</p>                          |
|                             | OBIAD        | <p>zupa z białej fasoli z ziemniakami,<br/>makaron pennetki ze szpinakiem, żółtym serem,<br/>suszonymi pomidorami i prażonymi pestkami słonecznika,<br/>kompot z truskawek</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>zupa z białej fasoli z ziemniakami,<br/>makaron pennetki ze szpinakiem, żółtym serem,<br/>bezmlecznym, suszonymi pomidorami i prażonymi<br/>pestkami słonecznika, kompot z truskawek</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                             | PODWIECZOREK | <p>chleb żytni razowy z masłem, pasta z tuńczyka z jajkiem i<br/>szczypiorkiem, koperek, rzodkiewka, papryka czerwona,<br/>herbata owocowa</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <p>chleb żytni razowy z masłem, pasta z tuńczyka z jajkiem i<br/>szczypiorkiem, koperek, rzodkiewka, papryka czerwona,<br/>herbata owocowa</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 06.05.2025r.<br>WTOREK      | ŚNIADANIE    | <p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny, masło,<br/>jajecznica na maśle, ser twarogowy z ziołami,<br/>sałata, pomidor koktajlowy, ogórek zielony,<br/>kakao, herbata owocowa<br/>II ś: gruszka, woda</p> <p><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b><br/>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. IV</p> <p><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. III – banan, gruszka</p> <p><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. II – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony</p> | <p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny,<br/>jajecznica na maśle, dżem truskawkowy,<br/>sałata, pomidor koktajlowy, ogórek zielony,<br/>kakao, herbata owocowa<br/>II ś: gruszka, woda</p> <p><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b><br/>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. IV</p> <p><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. III – banan, gruszka</p> <p><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. II – pomidorek koktajlowy, ogórek zielony</p> |
|                             | OBIAD        | <p>zupa pomidorowa z przecieranych pomidorów z ryżem<br/>zabielana śmietaną,<br/>filet z kurczaka w sosie śmietanowym, surówka z<br/>czerwonej kapusty z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z<br/>koperkiem, kompot wieloowocowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>zupa pomidorowa z przecieranych pomidorów z ryżem,<br/>filet z kurczaka w sosie własnym, surówka z czerwonej<br/>kapusty z marchewką i jabłkiem, ziemniaki z koperkiem,<br/>kompot wieloowocowy</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                             | PODWIECZOREK | <p>mus owocowy, snacki popcornowe, herbata z cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <p>mus owocowy, snacki popcornowe, herbata z cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|                          |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 07.05.2025r.<br>ŚRODA    | ŚNIADANIE    | chleb razowy, bułka pszenna, masło,<br>konfitura z malin, pasztet drobiowy,<br>pomidor malinowy, rzodkiewka, papryka czerwona,<br>kawa mleczna, herbata z cytryną<br>II ś: kiwi, woda<br>„ <b>POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY</b> ” Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. V<br>„ <b>OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY</b> ” – mix owoców na II śn.<br>gr. IV – kiwi, jabłko<br>„ <b>DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA</b> ” – mix<br>warzyw na II śn. gr. VI – rzodkiewka, papryka czerwona                                            | chleb razowy, bułka pszenna,<br>konfitura z malin, pasztet drobiowy,<br>pomidor malinowy, rzodkiewka, papryka czerwona,<br>kawa mleczna, herbata z cytryną<br>II ś: kiwi, woda<br>„ <b>POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY</b> ”<br>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. V<br>„ <b>OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY</b> ” – mix owoców na II śn.<br>gr. IV – kiwi, jabłko<br>„ <b>DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA</b> ” – mix<br>warzyw na II śn. gr. VI – rzodkiewka, papryka czerwona                                             |
|                          | OBIAD        | zupa jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł,<br>kalafior) z ziemniakami zabieleną śmietaną,<br>fasolka po bretońsku z boczkiem i kielbasą w sosie<br>pomidorowym, chleb pszenny,<br>kompot z jabłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | zupa jarzynowa (marchewka, pietruszka, seler, brokuł,<br>kalafior) z ziemniakami,<br>fasolka po bretońsku z boczkiem i kielbasą w sosie<br>pomidorowym, chleb pszenny,<br>kompot z jabłek                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                          | PODWIECZOREK | chleb z ziołami z masłem, wędlina, papryka czerwona,<br>papryka żółta, ogórek kiszony, herbata owocowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | chleb z ziołami, wędlina, papryka czerwona, papryka żółta,<br>ogórek kiszony, herbata owocowa                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 08.05.2025r.<br>CZWARTEK | ŚNIADANIE    | bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło<br>pasta ze słonecznika z suszonymi pomidorami, miód,<br>pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, rzodkiewka,<br>roszponka<br>kakao, herbata owocowa<br>II ś: banan, woda<br>„ <b>POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY</b> ” Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. VI<br>„ <b>OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY</b> ” – mix owoców na II śn.<br>gr. II – jabłko, banan<br>„ <b>DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA</b> ” – mix<br>warzyw na II śn. gr. I, IV – ogórek zielony, pomidorek koktajlowy | bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem,<br>pasta ze słonecznika z suszonymi pomidorami, miód,<br>pomidorek koktajlowy, ogórek zielony, rzodkiewka,<br>roszponka<br>kakao, herbata owocowa<br>II ś: banan, woda<br>„ <b>POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY</b> ”<br>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. VI<br>„ <b>OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY</b> ” – mix owoców na II śn.<br>gr. II – jabłko, banan<br>„ <b>DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA</b> ” – mix<br>warzyw na II śn. gr. I, IV – ogórek zielony, pomidorek koktajlowy |
|                          | OBIAD        | zupa zacierkowa (wywar mięsno-warzywny, kluseczki z<br>mąki pszennej 100% durum) z ziemniakami,<br>pulpet duszony w sosie koperkowym ze świeżego kopru,<br>kasza gryczana prażona, ogórek zielony,<br>kompot z wiśni                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | zupa zacierkowa (wywar mięsno-warzywny, kluseczki z<br>mąki pszennej 100% durum) z ziemniakami,<br>pulpet duszony w sosie koperkowym ze świeżego kopru,<br>kasza gryczana prażona, ogórek zielony,<br>kompot z wiśni                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                          | PODWIECZOREK | jogurt owocowy, biszkopty, herbata z cytryną                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | deserek wegański, biszkopty, herbata z cytryną                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                        |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 09.05.2025r.<br>PIĄTEK | ŚNIADANIE    | <p>chleb z siemieniem lnianym, chleb żytni, masło, wędlina, twarożek z ogórkiem zielonym, pomidor malinowy, kielki, ogórek zielony, papryka żółta, kawa mleczna, herbata owocowa<br/>II ś: pomarańcza, woda<br/><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b> Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. II<br/><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. V – gruszka, pomarańcza<br/><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. III – ogórek zielony, papryka żółta</p> | <p>chleb z siemieniem lnianym, chleb żytni, wędlina, pasta warzywna, pomidor malinowy, kielki, ogórek zielony, papryka żółta, kawa mleczna, herbata owocowa<br/>II ś: pomarańcza, woda<br/><b>„POSIŁKI SAMI KOMPONUJEMY I WSZYSTKO CHĘTNIE ZJEMY”</b><br/>Gr I – Zajączki – CAŁY DZIEŃ + gr. II<br/><b>„OWOCOWY ZAWRÓT GŁOWY” – mix owoców na II śn.</b><br/>gr. V – gruszka, pomarańcza<br/><b>„DZIŚ WARZYWA, W KTÓRYCH ZDROWIE SIĘ UKRYWA” – mix warzyw na II śn.</b> gr. III – ogórek zielony, papryka żółta</p> |
|                        | OBIAD        | <p>zupa botwinka z ziemniakami i koperkiem zabieleną śmietaną,<br/>pierogi z owocami i jogurtem naturalnym,<br/>woda z miodem i cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <p>zupa botwinka z ziemniakami i koperkiem,<br/>pierogi z owocami,<br/>woda z miodem i cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|                        | PODWIECZOREK | <p>chleb zdrowy chlebek z masłem, parówka na ciepło, ketchup, herbata z cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <p>chleb zdrowy chlebek, parówka na ciepło, ketchup, herbata z cytryną</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |