

DATA	POSILEK	DIETA PODSTAWOWA	DIETA BEZMLECZNA
20.04.2026r. PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE	<p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny, masło, wędlina, hummus klasyczny, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata z cytryną II ś: jabłko, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorki koktajlowe, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – banan, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>chleb ze słonecznikiem, chleb pszenny, wędlina, hummus klasyczny, pomidorki koktajlowe, papryka żółta, sałata, ogórek kiszony, kakao, herbata z cytryną II ś: jabłko, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. IV – pomidorki koktajlowe, papryka żółta „OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. I – banan, jabłko „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. VI, gr. I (cały tydzień)</p>
	OBIAD	<p>zupa kartoflanka z okrasą (wywar mięsno-warzywny), makaron świderki z jogurtem naturalnym, kompot z wiśni</p>	<p>zupa kartoflanka z okrasą (wywar mięsno-warzywny), makaron świderki z owocami, kompot z wiśni</p>
	PODWIECZOREK	<p>chleb wiejski z masłem, wędlina, ogórek zielony, rzodkiewka, sałata, kielki, herbata owocowa</p>	<p>chleb wiejski, wędlina, ogórek zielony, rzodkiewka, sałata, kielki, herbata owocowa</p>
21.04.2026r. WTOREK	ŚNIADANIE	<p>bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło pasta ze słonecznika z pomidorami, miód, papryka żółta, ogórek zielony, rzodkiewka, roszonek napój bezmleczny, herbata owocowa II ś: mus owocowy, 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, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>bułka pszenna, chleb ze słonecznikiem, pasta ze słonecznika z pomidorami, miód, papryka żółta, ogórek zielony, rzodkiewka, roszonek napój bezmleczny, herbata owocowa II ś: mus owocowy, 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, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. IV, gr. I (cały tydzień)</p>

	OBIAD	zupa barszcz biały na zakwasie z ziemniakami zabielaną śmietaną (wywar warzywny), pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym (blendowane pomidory), kasza gryczana prażona, ogórek zielony, kompot wieloowocowy	zupa barszcz biały na zakwasie z ziemniakami (wywar warzywny), pulpet drobiowy duszony w sosie pomidorowym (blendowane pomidory), kasza gryczana prażona, ogórek zielony, kompot wieloowocowy
	PODWIECZOREK	jogurt owocowy Bio z wiśniami, biszkopty, herbata z cytryną	jogurt wegański z owocami, biszkopty, herbata z cytryną
22.04.2026r. ŚRODA	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb razowy, masło, powidła śliwkowe, ser mozzarella, sałata, pomidor koktajlowy, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: kiwi, woda „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, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)	chałka pszenna, chleb razowy, powidła śliwkowe, ser żółty bezmleczny, sałata, pomidor koktajlowy, ogórek zielony, kakao, herbata owocowa II ś: kiwi, woda „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, kiwi „MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. III, gr. I (cały tydzień)
	OBIAD	zupa rosół drobiowo-wołowy z zacierkami (wywar mięsno-warzywny), potrawka z kurczaka z warzywami (filet z kurczaka, marchewka, pietruszka, seler, por, groszek zielony), ziemniaki z koperkiem, surówka z marchewki, jabłka i pora, kompot z truskawek	zupa rosół drobiowo-wołowy z zacierkami (wywar mięsno-warzywny), potrawka z kurczaka z warzywami (filet z kurczaka, marchewka, pietruszka, seler, por, groszek zielony), ziemniaki z koperkiem, surówka z marchewki, jabłka i pora, kompot z truskawek
	PODWIECZOREK	chleb pszenny z masłem, sałatka warzywna z jajkiem i majonezem, herbata z cytryną	chleb pszenny, sałatka warzywna z jajkiem i majonezem, herbata z cytryną
23.04.2026r. CZWARTEK	ŚNIADANIE	chałka pszenna, chleb razowy, masło ser żółty, konfitura z żurawiny z gruszką, rzodkiewka, pomidor malinowy, papryka żółta, kakao, herbata malinowa II ś: banan, woda	chałka pszenna, chleb razowy, ser żółty bezmleczny, konfitura z żurawiny z gruszką, rzodkiewka, pomidor malinowy, papryka żółta, kakao, herbata malinowa II ś: banan, woda

		<p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, papryka żółta</p> <p>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – banan, kiwi</p> <p>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. V, gr. I (cały tydzień)</p>	<p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. III – rzodkiewka, papryka żółta</p> <p>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. V – banan, kiwi</p> <p>„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 krem z kalafiora (wywar warzywny, kalafior mrożony) z ziemniakami i śmietaną,</p> <p>kotlet schabowy panierowany w bułce tartej pszennej i jajku, surówka z kapusty pekińskiej, jabłka, papryki, kukurydzy, ziemniaki z koperkiem, kompot z porzeczek czarnej</p>	<p>zupa krem z kalafiora (wywar warzywny, kalafior mrożony) z ziemniakami,</p> <p>kotlet schabowy panierowany w bułce tartej pszennej i jajku, surówka z kapusty pekińskiej, jabłka, papryki, kukurydzy, ziemniaki z koperkiem, kompot z porzeczek czarnej</p>
	PODWIECZOREK	<p>mus bananowy na bazie jogurtu naturalnego, ciastka owsiane kakaowe, herbata z cytryną</p>	<p>mus bananowy na bazie napoju bezmlecznego, ciastka owsiane kakaowe, herbata z cytryną</p>
24.04.2026r. PIĄTEK	ŚNIADANIE	<p>chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, masło wędlna, dżem brzoskwiniowy, sałata lodowa, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, mleko, herbata owocowa</p> <p>II ś: gruszka, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, pomidorki koktajlowe</p> <p>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – jabłko, gruszka</p> <p>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>	<p>chałka pszenna, chleb ze słonecznikiem, wędlna, dżem brzoskwiniowy, sałata lodowa, pomidorki koktajlowe, rzodkiewka, mleko, herbata owocowa</p> <p>II ś: gruszka, woda</p> <p>„WARZYWNE SMAKI TO ZDROWE DZIECIAKI” – mix warzyw na II śniadanie gr. II – rzodkiewka, pomidorki koktajlowe</p> <p>„OWOCOWE SMAKI – ROSNĄ DZIECIAKI” – mix owoców na II śniadanie gr. VI – jabłko, gruszka</p> <p>„MÓJ TALERZYK – MOJA SPRAWA – samodzielność to zabawa” – samoobsługa podczas wszystkich posiłków (od śniadania do podwieczorku) gr. I (cały tydzień)</p>
	OBIAD	<p>zupa ryżanka z warzywami (wywar warzywny, marchewka, pietruszka, seler, por),</p> <p>leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z malin</p>	<p>zupa ryżanka z warzywami (wywar warzywny, marchewka, pietruszka, seler, por),</p> <p>leczo z cukinii, marchewki i ziemniaków z dodatkiem kiełbasy, kompot z malin</p>
	PODWIECZOREK	<p>chleb wiejski, wędlna, ogórek zielony, pomidor malinowy, papryka żółta, herbata z cytryną</p>	<p>chleb wiejski, wędlna, ogórek zielony, pomidor malinowy, papryka żółta, herbata z cytryną</p>

„PIJĘ WODĘ – MAM ZDROWIE I URODĘ”

– woda cały czas dostępna dla dzieci w sali