



MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezmleczną

od 01.07.2026 do 03.07.2026

Poniedziałek	Wtorek	01.07.2026 Środa	02.07.2026 Czwartek	03.07.2026 Piątek
		Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, szynka drobiowa, pomidor, ogórek zielony Płatki jaglane na napoju roślinnym z suszoną żurawiną Herbata z róży i wiśni	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło roślinne, kiełbasa krakowska, dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na napoju roślinnym	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, hummus (11), jajko gotowane (3), ogórek zielony, pomidor Napar malina-rumianek
		Zupa Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniaczkami koperkiem i śmietaną roślinną (9)	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną i świeżą natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem z marchewki na wywarze warzywnym (9) z grzankami (1)
		II danie Makaron farfalle (1) z jogurtem roślinnym, posypyany świeżymi owocami (brzoskwinia, borówka, truskawkami z nektarynka) Kompot wieloowocowy	II danie Kotlecik schabowy w tradycyjnej panierce (1,3), puree z ziemniaków z koperkiem, surówka z buraczków Kompot wieloowocowy	II danie Paluszki rybne (1,3,4), gotowane małe młode ziemniaczaki z koperkiem, surówka z białej kapusty pora i marchewki Lemoniada jabłkowa
		Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Koktajl na jogurcie roślinnym z bananem i truskawkami, melon	Podwieczorek Drożdżówka z rabarbarem truskawką i kruszonką (1,3)

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe) 6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezmleczną od 06.07.2026 do 10.07.2026



06.07.2026 Poniedziałek	07.07.2026 Wtorek	08.07.2026 Środa	09.07.2026 Czwartek	10.07.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, miód, szynka drobiowa, ogórek zielony, sałata	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, jajko gotowane (3), szynka wieprzowa, ogórek zielony, szczypiorek	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, kiełbaska gotowana, ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Kakaowa owsianka na napoju roślinnym (1) z bananem	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło roślinne, dżem malinowy niskosłodzony, polędwica drobiowa, ogórek zielony, pomidor	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, miód, pasta rybna z kiszonym ogórkiem i majonezem (3,4,10), sałata, pomidor
Napar owocowo-ziółowy	Herbata rooibos owocowa	Herbata brzoskwinia-truskawka	Kakao na napoju roślinnym	Herbata owoce leśne-malina
Zupa Brokułowo-kalafiorowa z koperkiem, ziemniaczkami i śmietaną roślinną (9)	Zupa Koperkowa z ryżem i kurkumą na wywarze drobiowym (9)	Zupa Pomidorowa z kasza bulgur i kleksem śmietany roślinnej na wywarze drobiowym (1,9)	Zupa Krem z ciecierzycy na wywarze warzywnym (9)	Zupa Szczawiowa z jajkiem i kleksem jogurtu roślinnego na wywarze warzywnym (3,9)
II danie Delikatne curry na mleczku kokosowym z filetem z kurczaka brokułem i świeżym szczypiorkiem, ryż paraboliczny,	II danie Kotlecik mielony z mięsa drobiowo-wieprzowego z cukinią (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem, mizeria z ogórków ze śmietaną roślinną	II danie Makaron razowy (1) z różyczkami brokuła, zielonym groszkiem i cukinią w sosie ze śmietany roślinnej	II danie Poopsy z kurczaka a'la KFC (1,3), gotowane małe ziemniaczaki z koperkiem, surówka z kapusty z marchewką i kukurydzą	II danie Naleśniki (1,3) z prażonymi jabłkami, musem brzoskwińowym i sałatką ze świeżych owoców
Lemoniada pomarańczowa	Kompot wieloowocowy	Lemoniada rabarbarowa	Kompot wieloowocowy	Woda niegazowana
Podwieczorek Ananas wafelek z ciecierzycy	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Muffinka z porzeczkami (1,3), arbuz	Podwieczorek Babka marmurkowa (1,3)	Podwieczorek Paluch drożdżowy z suszonymi pomidorami (1), ogórek zielony w słupkach

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne, 4 - Ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe) 6 - Soja i produkty pochodne, 7 - Mleko i produkty pochodne, 8 - Orzechy, 9 - Seler i produkty pochodne, 10 - Gorczyca i produkty pochodne, 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - Dwutlenek siarki, 13 - Łubin, 14 - Mięczaki

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezmleczną od 13.07.2026 do 17.07.2026



13.07.2026 Poniedziałek	14.07.2026 Wtorek	15.07.2026 Środa	16.07.2026 Czwartek	17.07.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, polędwica drobiowa, tofu (6), rzodkiewka, ogórek zielony Herbata rooibos brzoskwiniowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, kremowa pasta drobiowa ze szczypiorkiem i majonezem (3,10), jajko gotowane (3), pomidor, ogórek zielony Napar owocowo-ziołowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, kiełbasa sucha krakowska, pomidor, ogórek zielony, szczypiorek Kaszka manna na napoju roślinnym z suszonymi śliwkami (1) Herbata owocowo-rumiankowa	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło roślinne, pasta jajeczna (3), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, pomidor, sałata Kawa inka na napoju roślinnym (1)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, hummus (11), pasta ze słonecznika i suszonych pomidorów, ogórek zielony, pomidor Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Rosół drobiowy z warzywami makaronem i natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem pomidorowo-paprykowy z kleksem śmietany roślinnej na wywarze warzywnym (9)	Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze drobiowym (9)	Zupa Krem z zielonego groszku (9)
II danie Gnocchi (1,3) w sosie śmietanowo-brokułowym na śmietanie roślinnej posypane świeżą natką pietruszki i prażonymi pestkami słonecznika Lemoniada malinowo-cytrynowa	II danie Filet drobiowy w panierce (1,3), małe ziemniaczki gotowane z koperkiem, sałatka vinegret z zielonym ogórkiem pomidorem i kukurydzą (10) Kompot wieloowocowy	II danie Knedle z morelą (1,3) śmietaną roślinną i sałatką ze świeżych owoców (truskawka, borówka, nektarynka, brzoskwinia, melon) Woda niegazowana	II danie Domowa shoarma drobiowa, ryż paraboliczny z natką pietruszki, surówka koperkowa Kompot wieloowocowy	II danie Pieczony filet z tilapii w panierce kukurydzianej (1,3,4), puree ziemniaczane z koperkiem, surówka z młodej kiszzonej kapusty Lemoniada rabarbarowa
Podwieczorek Arbuz, biszkopty 2 szt. (1,3)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Pizzerinka z pieczarkami i sosem pomidorowym (1)	Podwieczorek Ucierane ciasto na jogurcie roślinnym z sezonowymi owocami (1,3)	Podwieczorek Jogurt roślinny z musem truskawkowym, domowa chałka (1,3)

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe) 6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezmleczną od 20.07.2026 do 24.07.2026



20.07.2026 Poniedziałek	21.07.2026 Wtorek	22.07.2026 Środa	23.07.2026 Czwartek	24.07.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, miód, szynka wieprzowa, rzodkiewka, pomidor Napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, jajko gotowane (3), szynka drobiowa, ogórek zielony, sałata Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, kiełbaska na ciepło, ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Budyń malinowy na napoju roślinnym Herbata mięta-jabłko	Śniadanie Bułka grahamka, żytnia (1), masło roślinne, szynka drobiowa, konfitura truskawkowa, szczypiorek, rzodkiewka Kakao na napoju roślinnym	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, warzywna pasta z ciecierzycą, pasta z makreli z jajkiem (3,4), pomidor, ogórek kiszony Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze drobiowym (9)	Zupa Buraczkowa z koperkiem i kleksem śmietany roślinnej na wywarze warzywnym (9)	Zupa Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniaczkami i koperkiem (9)	Zupa Brokułowa z zielonym groszkiem i ziemniaczkami na wywarze mięsnym (9)	Zupa Jarzynowa z kolorową fasolką szparagową na wywarze warzywnym (9)
II danie Kasza kuskus (1) z kawałkami złocistego kurczaka w kurkumie z dodatkiem grillowanych warzyw (cukinia, papryka, brokuły) w lekkim sosie miętowo-jogurtowym na jogurcie roślinnym Lemoniada jabłkowa	II danie Polędwiczki z kurczaka w panierce kukurydzianej (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem, domowy colesław (3,10) Kompot wieloowocowy	II danie Makaron penne (1) z pesto bazyliowo-pietruszkowym i warzywami, posypany prażonym słonecznikiem, pieczone mini marchewki w miodowej glazurze Kompot wieloowocowy	II danie Klopsiki drobiowe duszone na parze (1,3), sos pomidorowo-śmietanowy na śmietanie roślinnej, gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, surówka z młodej kapusty z jabłkiem i marchewką Lemoniada pomarańczowa	II danie Pancakes (1,3) z jogurtem roślinnym i sałatką owocową Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl bananowo-truskawkowy na napoju roślinnym, ananas	Podwieczorek Ciasto kokosowe z brzoskwiniami (1,3)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Babka piaskowa (1,3), ogórek zielony do chrupania	Podwieczorek Smoothie owocowe, wafelek z ciecierzycy

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe) 6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezmleczną od 27.07.2026 do 31.07.2026



27.07.2026 Poniedziałek	28.07.2026 Wtorek	29.07.2026 Środa	30.07.2026 Czwartek	31.07.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, pasta a'la nutella, szynka drobiowa gotowana, rzodkiewka, ogórek zielony	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, kiełbaska na ciepło, miód, ogórek zielony, sałata	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, jajko gotowane (3), sałata, pomidor, ogórek zielony Granola na napoju roślinnym z suszoną żurawiną (1,8)	Śniadanie Bułka grahamka, pszenna (1), masło roślinne, kremowa pasta drobiowa ze szczypiorkiem i majonezem (3,10), szynka wieprzowa, ogórek zielony, rzodkiewka	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło roślinne, miód, pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3), ogórek zielony, pomidor
Napar owocowo-ziołowy	Herbata rooibos owocowa	Herbata mięta-jabłko	Kakao na napoju roślinnym	Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze drobiowym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Krem pomidorowo-paprykowy z grzankami (1,9)	Zupa Rosół drobiowy z warzywami makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem kalafiorowy z grzankami razowymi (1)	Zupa Krupnik z kaszką jęczmienną warzywami i natką pietruszki (1,9)
II danie Delikatne mięso wieprzowe duszone w sosie własnym, kasza bulgur (1) z natką pietruszki, surówka z buraczków	II danie Domowe kopytka (1,3) w sosie szpinakowo-śmietanowym na śmietanie roślinnej, posypane świeżą natką pietruszki, surówka z marchewki	II danie Pieczona pałka z kurczaka, gotowane małe ziemniaki z koperkiem, surówka z młodej kapusty pora i jabłka	II danie Makaron spaghetti z pszenicy durum (1) z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym i tartą marchewką	II danie Jajko sadzone (3), puree ziemniaczane z koperkiem, mizeria z ogórków ze śmietanie roślinnej
Lemoniada cytrynowa	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Lemoniada rabarbarowa	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Arbuz, dwa wafelki kukurydziane	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Domowy paluch drożdżowy z suszonymi pomidorami (1,3)	Podwieczorek Brownie z wiśniami (1,3)	Podwieczorek Melon, jogurt roślinny waniliowy z brzoskwiniami

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne, Jaja i produkty pochodne, 4 – Ryby i produkty pochodne, 5 – Orzeszki ziemne (arachidowe) 6 – Soja i produkty pochodne, 7 – Mleko i produkty pochodne, 8 – Orzechy, 9 – Seler i produkty pochodne, 10 – Gorczyca i produkty pochodne, 11 – Nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 – Dwutlenek siarki, 13 – Łubin, 14 – Mięczaki