



MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska

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 (7), serek śmietankowy (7), pomidor, ogórek zielony Płatki jaglane na mleku (7) z suszoną żurawiną Herbata z róży i wiśni	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło (7), ser żółty (7), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu półtłustego (7), jajko gotowane (3), ogórek zielony, pomidor Napar malina-rumianek
		Zupa Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniaczkami koperkiem i śmietaną (7,9)	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 z masłem (1,7) i twarogiem półtłustym (7), posypany świeżymi owocami (brzoskwinia, borówka, truskawkami z nektarynka) Kompot wieloowocowy	II danie Kotlecik z fasoli i ciecierzycy w panierce (1,3), puree z ziemniaków z koperkiem (7), 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 i kefirze (7) 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 wegetariańska

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 (7), mozzarella (7), miód, ogórek zielony, sałata Napar owocowo-ziolowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), twarożek z truskawkami i miodem (7), ogórek zielony, szczypiorek Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Kakaowa owsianka na mleku (1,7) z bananem Herbata brzoskwinia-truskawka	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło (7), twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem (7), dżem malinowy niskosłodzony, ogórek zielony, pomidor Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta z ciecierzycy, pasta rybna z kiszonym ogórkiem i majonezem (3,4,10), sałata, pomidor Herbata owoce leśne-malina
Zupa Brokułowo-kalafiorowa z koperkiem, ziemniaczkami i śmietaną (7,9)	Zupa Koperkowa z ryżem i kurkumą na wywarze warzywnym (9)	Zupa Pomidorowa z kasza bulgur i kleksem śmietany na wywarze warzywnym (1,7,9)	Zupa Krem z ciecierzycy na wywarze warzywnym (9)	Zupa Szczawiowa z jajkiem i kleksem jogurtu na wywarze warzywnym (3,7,9)
II danie Delikatne curry na mleczku kokosowym z kawałkami tofu (6) brokułem i świeżym szczypiorkiem, ryż paraboliczny, Lemoniada pomarańczowa	II danie Kotlecik z ciecierzycy i kaszy jaglanej z cukinią (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), mizeria z ogórków ze śmietaną (7) Kompot wieloowocowy	II danie Makaron razowy (1) z różyczkami brokuła, zielonym groszkiem i cukinią w sosie serowo-śmietanowym (7) Lemoniada rabarbarowa	II danie Jajko sadzone (3), gotowane małe ziemniaczaki z koperkiem, surówka z kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot wieloowocowy	II danie Naleśniki (1,3,7) z serkiem kakaowym (7), musem brzoskwiniovym i sałatką ze świeżych owoców 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 serem (1,7), 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 wegetariańska

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 (7), tofu (6), twarożek ze szczypiorkiem i śmietaną (7), rzodkiewka, ogórek zielony Herbata rooibos brzoskwiniowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), mozzarella (7), jajko gotowane (3), pomidor, ogórek zielony Napar owocowo-ziołowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), pomidor, ogórek zielony, szczypiorek Kaszka manna na mleku z suszonymi śliwkami (1,7) Herbata owocowo-rumiankowa	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło (7), pasta jajeczna (3), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, pomidor, sałata Kawa inka na mleku (1,7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), hummus (11), ser żółty (7), ogórek zielony, pomidor Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Bulion warzywny z warzywami makaronem i natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem pomidorowo-paprykowy z kleksem śmietany na wywarze warzywnym (7,9)	Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	Zupa Krem z zielonego groszku (9)
II danie Gnocchi (1,3) w sosie śmietanowo-brokułowym posypane świeżą natką pietruszki i tartym serem mozzarella (7) Lemoniada malinowo-cytrynowa	II danie Kotlecik z buraka fasoli i kaszy jaglanej (1,3), małe ziemniaczki gotowane z koperkiem, sałatka vinegret z zielonym ogórkiem pomidorem i kukurydzą (10) Kompot wieloowocowy	II danie Kluski leniwe twarogowe (1,3) okraszone masłem (7) i bułką tartą (1) ze śmietaną (7) i sałatką ze świeżych owoców (truskawka, borówka, nektarynka, brzoskwinia, melon) Woda niegazowana	II danie Warzywne leczo z ciecierzycą, 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 (7), surówka z młodej kiszzonej kapusty Lemoniada rabarbarowa
Podwieczorek Arbuz, biszkopty 2 szt. (1,3,7)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Pizzerinka z pieczarkami i serem (1,7)	Podwieczorek Ucierane ciasto na jogurcie z sezonowymi owocami (1,3,7)	Podwieczorek Jogurt naturalny (7) z musem truskawkowym (7), 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 wegetariańska

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 (7), ser żółty (7), miód, rzodkiewka, pomidor	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), pasta z zielonego groszku i serka (7), ogórek zielony, sałata	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Budyń malinowy na mleku (7)	Śniadanie Bułka grahamka, żytnia (1), masło (7), plaster twarogu (7), konfitura truskawkowa, szczypiorek, rzodkiewka	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser gouda (7), pasta z makreli z jajkiem (3,4), pomidor, ogórek kiszony
Napar owocowo-ziołowy	Herbata rooibos owocowa	Herbata mięta-jabłko	Kakao na mleku (7)	Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Pomidorowa z ryżem parabolicznym na wywarze warzywnym (9)	Zupa Buraczkowa z koperkiem i kleksem śmietany na wywarze warzywnym (7,9)	Zupa Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniaczkami i koperkiem (9)	Zupa Brokułowa z zielonym groszkiem i ziemniaczkami na wywarze warzywnym (9)	Zupa Jarzynowa z kolorową fasolką szparagową na wywarze warzywnym (9)
II danie Kasza kuskus z zielonym groszkiem i natka pietruszki (1) grillowane warzywa (cukinia, papryka, brokuły) z sosem miętowo-jogurtowym (7)	II danie Kotlecik z fasoli w panierce kukurydzianej (1,3,7), puree ziemniaczane z koperkiem (7), domowy colesław (3,10)	II danie Makaron penne (1) z pesto bazyliowo-pietruszkowym i warzywami, posypany tartym serem (7), pieczone mini marchewki w miodowej glazurze	II danie Klopsiki z soczewicy z natką pietruszki (1,3), sos pomidorowo-śmietanowy (7), gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, surówka z młodej kapusty z jabłkiem i marchewką	II danie Pancakes (1,3,7) z serkiem waniliowym (7) i sałatką owocową
Lemoniada jabłkowa	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Lemoniada pomarańczowa	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl bananowo-truskawkowy (7), ananas	Podwieczorek Ciasto kokosowe z brzoskwiniami (1,3,7)	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 wegetariańska

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 (7), mozzarella (7), miód, rzodkiewka, ogórek zielony Napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta hummus (11), twarożek ze szczypiorkiem (7), ogórek zielony, sałata Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), sałata, pomidor, ogórek zielony Granola na mleku z suszoną żurawiną (1,7,8) Herbata mięta-jabłko	Śniadanie Bułka grahamka, pszenna (1), masło (7), pasta z pieczonej papryki, ser żółty (7), ogórek zielony, rzodkiewka Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), miód, pasta jajeczna z twarogiem (3,7), ogórek zielony, pomidor Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Krem pomidorowo-paprykowy z grzankami (1,7,9)	Zupa Bulion warzywny y 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 Klopsiki z ciecierzycy z marchewką w sosie koperkowym (7,9), kasza bulgur (1) z natką pietruszki, surówka z buraczków Lemoniada cytrynowa	II danie Domowe kopytka (1,3) w sosie szpinakowo-śmietanowym (7) posypane świeżą natką pietruszki i tartym serem (7), surówka z marchewki Kompot wieloowocowy	II danie Kotlet jajeczny z papryką i szczypiorkiem (4), gotowane małe ziemniaki z koperkiem, surówka z młodej kapusty pora i jabłka Kompot wieloowocowy	II danie Makaron spaghetti z pszenicy durum (1) z sosem napoli z tartą marchewką, ser gouda do posypania (7) Lemoniada rabarbarowa	II danie Jajko sadzone (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), mizeria z ogórków ze śmietaną (7) Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Arbuz, dwa wafelki kukurydziane	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Domowy paluch drożdżowy z serem (1,3,7)	Podwieczorek Brownie z wiśniami (1,3)	Podwieczorek Melon, serek waniliowy z brzoskwiniami (7)

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POŚLĄKACH:

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