



MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska

od 01.09.2026 do 04.09.2026

31.08.2026 Poniedziałek	01.09.2026 Wtorek	02.09.2026 Środa	03.09.2026 Czwartek	04.09.2026 Piątek
	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), powidła śliwkowe, twarożek ze szczypiorkiem i śmietaną (7), pomidor, ogórek zielony Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko (3), rzodkiewka, ogórek zielony Kaszka manna na mleku z musem owocowym (1,7) Herbata brzoskwinia-truskawka	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło (7), plaster twarogu (7), smalczyk z fasolki z cebulką, ogórek zielony, pomidor Kawa inka na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), hummus (11), ser żółty (7), sałata, kalarepa, papryka Herbata owoce leśne-malina
	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną i kolorowymi warzywami (1,9) na wywarze warzywnym	Zupa Ogórkowa z ziemniaczkami i śmietaną na wywarze warzywnym (7,9)	Zupa Pomidorowa z makaronem (1) i śmietaną roślinną na wywarze warzywnym (9)	Zupa Jarzynowa z kalafiozem i zielonym groszkiem na wywarze warzywnym (9)
	II danie Stek z kalafiora w złocistej panierce (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), mizeria z ogórków ze śmietaną (7) Kompot wieloowocowy	II danie Spaghetti pełnoziarniste z sosem pomidorowym i zielonym groszkiem posypane tartym serem gouda (1,7) Lemoniada rabarbarowa	II danie Wegetariański kotlecik z ciecierzycy i marchewki (1), kasza bulgur z natką pietruszki (1), dip jogurtowy na jogurcie roślinnym, surówka z białej kapusty marchewki i kiszzonego ogórka Kompot wieloowocowy	II danie Jajeczny kotleciki z marchewką i porem (4), dip jogurtowy (7), gotowane ziemniaczki z koperkiem, surówka z kiszzonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Woda niegazowana
	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Ciasto na maślanie z owocami i kruszonką (1,3,7)	Podwieczorek Drożdżowa bułeczka z serem i pieczarkami (1,7), słupki marchewki	Podwieczorek Koktajl truskawkowy z wiórkami kokosa na jogurcie naturalnym (7), śliwka

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 07.09.2026 do 11.09.2026



07.09.2026 Poniedziałek	08.09.2026 Wtorek	09.09.2026 Środa	10.09.2026 Czwartek	11.09.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek śmietankowy (7), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, ogórek zielony, sałata Herbata rooibos brzoskwiniowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), hummus (11), ser żółty (7), pomidor, ogórek kiszony Napar owocowo-ziołowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3) pomidor, ogórek zielony, sałata Owsianka na mleku (1,7) z suszoną żurawiną Herbata owocowo-rumiankowa	Śniadanie Bułka grahamka (1), masło (7), pasta z zielonego groszku, ser żółty (7), papryka mix, ogórek zielony Kakao na mleku (1,7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek grani (7), miód , ogórek zielony, pomidor Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Barszcz czerwony z ziemniaczkami zabieleny śmietaną (7,9)	Zupa Fasolowa z ziemniaczkami papryką cukinią i majerankiem na wywarze warzywnym (9)	Zupa Bulion warzywny z warzywami makaronem z pszenicy durum i natką pietruszki (1,9)	Zupa Krem z pieczonych jesiennych warzyw z czerwoną soczewicą na wywarze warzywnym	Zupa Szczawiowa na wywarze warzywnym z jajkiem i śmietaną (3,7,9)
II danie Leczo z ciecierzycą i jesiennymi warzywami (papryka, cukinia, dynia, bakłażan), kasza gryczana niepalona, ogórek kiszony Lemoniada malinowo-cytrynowa	II danie Naleśniki (1,3,7) z twarogiem brzoskwiniowym (7) i z sosem z czarnej porzeczki Woda niegazowana	II danie Kotlecik z kaszy jaglanej i dynii (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), buraczki na ciepło Kompot wieloowocowy	II danie Makaron penne razowy (1) z sosem „alfredo” na bazie sera i śmietany roślinnej z cukinią i zielonym groszkiem (7) Kompot wieloowocowy	II danie Kotlet z białej fasoli z suszonymi pomidorami i natką pietruszki (1,3), gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, domowy colesław (3,10) Lemoniada rabarbarowa
Podwieczorek Arbuz, wafelek z ciecierzycy 2 szt.	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Bułeczka cynamonowa (1,3), warzywa w słupkach do chrupania	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z ananase (1,3,7)	Podwieczorek Kisiel z owocami, połowa banana

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 14.09.2026 do 18.09.2026



14.09.2026 Poniedziałek	15.09.2026 Wtorek	16.09.2026 Środa	17.09.2026 Czwartek	18.09.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), twarożek bananowy (7), ser żółty (7), rzodkiewka, ogórek zielony	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,10), plaster twarogu (7), ogórek zielony, pomidor	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek śmietankowy (7), ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Kaszka manna na mleku z sosem śliwkowym (1)	Śniadanie Bułka grahamka, żytnia (1), masło (7), jajko gotowane (3), miód ogórek kiszony, pomidor	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty gouda (7), dżem truskawkowy niskosłodzony, papryka, ogórek zielony
Napar owocowo-ziolowy	Herbata rooibos owocowa	Herbata mięta-jabłko	Kakao na mleku (7)	Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Ogórkowa na wywarze warzywnym (9) z ziemniakami śmietaną i koperkiem (7)	Zupa Kapuśniak z kiszonej i słodkiej kapusty na wywarze warzywnym (9)	Zupa Delikatna gulaszowa z czerwoną fasolką papryką i cukinią (7,9)	Zupa Jarzynowa z kolorową fasolką szparagową ziemniaczkami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	Zupa Krem z dyniowo-paprykowy (9) z prażonym słonecznikiem i kleksem śmietany na wywarze warzywnym (7)
II danie Gulasz meksykański wegetariański z czerwoną fasolką i kukurydzą, ryż kolorowy biały i czarny, kukurydziane nachos	II danie Jajko sadzone (3), puree ziemniaczano- groszkowe z koperkiem (7), surówka z białej kapusty pora i marchewki	II danie Pierogi ruskie (1,7) okraszone cebulką, kleks kwaśnej śmietany (7), surówka z marchewki	II danie Kotlecik z buraka i fasoli (1,3), pieczone ziemniaczki, sałatka z ogórka kiszzonego papryki i pomidora z oliwą z oliwek	II danie Kotleciki serowe z kaszą jaglaną i marchewką (1,3,7), gotowane małe ziemniaczki z masłem i koperkiem (7), surówka z kiszonej kapusty jabłka i marchewki
Woda niegazowana	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Lemoniada jabłkowa	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Jogurt naturalny z frużeliną wiśniową i płatkami kukurydzianymi (7), połowa jabłka	Podwieczorek Ciasto drożdżowe ze śliwkami i kruszonką (1,3,7)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Jogurt z truskawkami (7), plasterki marchewki	Podwieczorek Paluch drożdżowy z serem (1,3,7), warzywo do chrupania

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 21.09.2026 do 25.09.2026

21.09.2026 Poniedziałek	22.09.2026 Wtorek	23.09.2026 Środa	24.09.2026 Czwartek	25.09.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), twarożek ze śmietaną i szczypiorkiem (7), miód, ogórek zielony, rzodkiewka	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), pasta hummus (11), ogórek zielony, pomidor	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), sałata, pomidor, ogórek kiszony Płatki kukurydziane na mleku z rodzynkami (7)	Śniadanie Bułka grahamka, pszenna (1), masło (7), plasterki jajka (3), ser żółty (7), ogórek zielony, papryka	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), powidła śliwkowe, twarożek z rzodkiewką i olejem lnianym (7), ogórek zielony, sałata
Napar owocowo-ziolowy	Herbata rooibos owocowa	Herbata mięta-jabłko	Kakao na mleku (7)	Herbata mango-brzoskwinie
Zupa Krupnik z kaszą pęczak (1) i kolorowymi warzywami (9) na wywarze warzywnym	Zupa Pomidorowa z ryżem jasmelowym i śmietaną na wywarze warzywnym (7,9)	Zupa Bulion warzywny z warzywami makaronem i świeżą natką pietruszki (1,9)	Zupa Kalafiorowa z brokułem ziemniaczkami i koperkiem na wywarze warzywnym (9)	Zupa Krem z zielonych warzyw (9) na wywarze warzywnym
II danie Gulasz z białą fasolką i warzywami jesiennymi, pyzy drożdżowe (1,7), ogórek kiszony	II danie Kotlet z soczewicy z serem i natką pietruszki (3,7), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z buraczków	II danie Pancakes (1,3,7), na słodko z twarożkiem kakaowo-bananowym (1,3,7) i musem owocowym	II danie Makaron razowy (1) w kremowym sosie pomidorowo-warzywnym z czerwoną soczewicą	II danie Pieczony kotlecik z fasoli i ciecierzycy w panierce kukurydzianej (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), sałatka z sałaty lodowej z pomidorem zielonym ogórkiem kukurydzą i sosem cytrynowym na oliwie z oliwek
Lemoniada jabłkowa	Kompot wieloowocowy	Woda niegazowana	Lemoniada rabarbarowa	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Gruszka, wafelki z ciecierzycy 2 szt.	Podwieczorek Brownie z wiśniami i wiórkami kokosowymi (1,3)	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Pizzerka z sosem pomidorowym pieczarkami i serem (1,7)	Podwieczorek Koktajl truskawkowy na jogurcie naturalnym (7), śliwka

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POŚILKACH:

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



28.09.2026 do 30.09.2026

28.09.2026 Poniedziałek	29.09.2026 Wtorek	30.09.2026 Środa		
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), miód, ogórek zielony, papryka Napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta z buraka i prażonego słonecznika z natką pietruszki, ser mozzarella (7), pomidor rzodkiewka Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), sałata, pomidor, ogórek kiszony Budyń śmietankowy na mleku (7) z musm z owoców leśnych Herbata mięta-jabłko		
Zupa Koperkowa z kolorowymi warzywami, śmietaną i ziemniaczkami (7)	Zupa Ogórkowa na wywarze warzywnym (9) z ziemniakami koperkiem i śmietaną (7)	Zupa Barszcz ukraiński z białą kapustą i fasolą na wywarze warzywnym zabieleny śmietaną (7,9)		
II danie Domowy gulasz z czerwonej fasoli i kukurydzy, ryż basmati pełnoziarnisty dip jogurtowo-śmietanowy (7) Lemoniada cytrynowa	II danie Knedle z morelą (3) i palonym masłem (7), sos śmietanowo-jogurtowy (7), surówka z marchewki Woda niegazowana	II danie Jajko w sosie śmietanowo-musztardowym (3), gotowane małe ziemniaczaki z koperkiem, surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą Kompot wieloowocowy		
Podwieczorek Jogurt naturalny z domową granolą i musm mango (1,7,8), biała rzodkiew	Podwieczorek Mix świeżych warzyw i owoców do chrupania	Podwieczorek Babka marmurkowa (1,3,7), połowa jabłka		

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