



MENU od 03.11.2025 do 07.11.2025 PRZEDSZKOLE - Dieta **wegetariańska**

📅03.11.2025 Poniedziałek	📅04.11.2025 Wtorek	📅05.11.2025 Środa	📅06.11.2025 Czwartek	📅07.11.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek grani ze szczypiorkiem (7), hummus, ogórek zielony, sałata Herbata owoce lasu	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), dżem wiśniowy niskosłodzony, papryką kolorowa, ogórek kiszony Mleko bananowe (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko (3) sałata, rzodkiewka Zupa mleczna (7) z ryżem jaśminowym i rodzynkami Herbata z róży i wiśni	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), śliwkowa pasta a'la nutella, ser żółty (7), pomidor, sałata Kakao na mleku 2% tłuszczu (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), twaróg z buraczkami (7), jajko (3), szczypiorek, ogórek zielony Herbata wiśniowa
Zupa Zupa dyniowa z warzywami (9) i makaronem kokardki (1)	Zupa Krupnik z kaszą jaglaną na wywarze warzywnym (9)	Zupa Rozgrzewająca zupa z czerwoną fasolą i jesiennymi warzywami (9)	Zupa Barszcz ukraiński na wywarze warzywnym (9)	Zupa Zupa kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem (9)
II danie Potrawka z ciecierzycy z warzywami i świeżym koperkiem (7,9) ryż jaśminowy buraczki na ciepło Kompot wieloowocowy	II danie Domowy kotlet z soczewicy z cukinią i brokułem (1,3,7) puree ziemniaczano-pietruszkowe z koperkiem (7) kapusta kiszona na ciepło z jabłkiem Lemoniada z pomarańczą	II danie Pyzy drożdżowe (1,3,7) na słodko z musem czekoladowym (7) i sosem jogurtowo-wiśniowym (7) Kompot wieloowocowy	II danie Jajko w sosie chrzanowo-śmietanowo-musztardowym (3,7,10) kasza gryczana ogórek kiszony Lemoniada cytrynowa	II danie Makaron świderki (1) z tuńczykiem marchewką i cukinią w sosie pomidorowo-śmietanowym (4,7) Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl owocowy na jogurcie naturalnym (7) z płatkami owsianymi (1) Połowa banana	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z ananase i cynamonem (1,3)	Podwieczorek Pizzerinka z sosem pomidorowym i żółtym serem (1,7) Połowa gruszki	Podwieczorek Kisiel truskawkowy Jabłko	Podwieczorek Jesienne ciasto na maśle ze śliwkami i kruszonką (1,3,7)



MENU od 10.11.2025 do 14.11.2025 PRZEDSZKOLE - Dieta **wegetariańska**

📅 10.11.2025 Poniedziałek	ŚWIĘTO	📅 12.11.2025 Środa	📅 13.11.2025 Czwartek	📅 14.11.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser mozzarella (7), dżem malinowy, papryka, ogórek kiszony Napar owocowy	Śniadanie	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), sałata masłowa, ogórek zielony, rzodkiewka Płatki jaglane z suszoną żurawiną na mleku (7) Herbata brzoskwinia-mango	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), miód, twaróg ze śmietaną i szczypiorkiem (7), pomidor, ogórek zielony Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), różowa pasta hummus z burakiem, jajko (3), sałata masłowa, ogórek kiszony Herbata owoce leśne-malina
Zupa Zupa ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem (9)	Zupa	Zupa Zupa krem ziemniaczano-porowy z selerem (9) z grzankami ziołowymi (1) i kwaśną śmietaną (7)	Zupa Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym (9) z ryżem jaśminowym	Zupa Wegetariańska zupa jarzynowa z kolorową papryką i makaronem literki (1,9)
II danie Kaszotto (1) z warzywami w sosie pomidorowym mix kolorowych warzyw blanszowanych Kompot wieloowocowy	II danie	II danie Wegetariańskie chili con carne z czerwoną papryką i fasolką ryż basmati dip jogurtowy (7) Lemoniada porzeczkowa	II danie Falafele z ciecierzycy, pietruszką i miętą w lekkim sosie jogurtowo-koperkowym (1,3) pieczone ziemniaczki surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy Jesienny kompot wieloowocowy	II danie Naleśniki (1,3,7) na słodko z serkiem twarogowym (7) brzoskwinia i musem borówkowym Lemoniada jabłkowa
Podwieczorek Deser bananowo-waniliowy (7) z kruszonymi ciasteczkami korzennymi (1) Połowa jabłka	Podwieczorek	Podwieczorek Mandarynka Dwa wafle z ciecierzycy	Podwieczorek Babka marmurkowa (1,3,7)	Podwieczorek Wytrawny ślimaczek drożdżowy z suszonymi pomidorami i szpinakiem (1,3,7)



MENU od 17.11.2025 do 21.11.2025 PRZEDSZKOLE - Dieta wegetariańska

17.11.2025 Poniedziałek

Śniadanie

Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), pasta z ciecierzycy i suszonych pomidorów, rzodkiewka, pomidor

Herbata pomarańczowa

Zupa

Zupa krem z zielonych warzyw (9) z groszkiem ptysiowym (1)

II danie

Gulasz jesienny warzywny z dynią papryką cukinia i bakłażanem kasza gryczana biała ogórek kiszony

Lemoniada rabarbarowa

Podwieczorek

Herbatniki zbożowe (1,7)
Gruszka

18.11.2025 Wtorek

Śniadanie

Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek kremowy śmietankowy (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3), ogórek zielony, papryka

Herbatka zielona z mango

Zupa

Bulion warzywny z jarzynami makaronem i natką pietruszki (1,9)

II danie

Kotlecik z białej fasoli z natką pietruszki (1,3) puree ziemniaczano-dyniowe z koperkiem (7) surówka z białej kapusty, marchewki i pora Napar owocowo-ziółowy

Podwieczorek

Domowy murzynek (1,3)
Połowa jabłka

19.11.2025 Środa

Śniadanie

Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), ogórek kiszony, pomidor

Owsianka (1) kakaowa na mleku (7)

Herbata owocowo-rumiankowa

Zupa

Krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną (1,9)

II danie

Makaron penne sos napoli z natką pietruszki śmietaną i tartą mozzarellą (1,7)

Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Jogurt z musem śliwkowym (7)
Chrupki kukurydziane

20.11.2025 Czwartek

Śniadanie

Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), jajko (3), paszтет warzywny z kaszą jaglaną (3), papryka, ogórek zielony

Kawa Inka na mleku (7)

Zupa

Zupa pieczarkowa z makaronem na wywarze warzywnym (1,9)

II danie

Złocisty ryż z kurkumą pieczonymi warzywami korzennymi i sosem jogurtowo-ziółowym (7,9) surówka z kapusty czerwonej i jabłka

Napar owocowo-ziółowy

Podwieczorek

Ciasto drożdżowe z brzoskwiniami i kruszonką (1,3,7)

21.11.2025 Piątek

Śniadanie

Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta rybna z pomidorami (4), twaróg półtłusty w plasterkach (7), ogórek kiszony, sałata

Herbata z kwiatu hibiskusa

Zupa

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem (3,9)

II danie

Kluski leniwe (1,3,7) z sosem jogurtowo-jagodowym (7) pieczone kostki dyni w miodowej glazurze

Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Jesienne crumble owocowe pod cynamonową kruszonką /1/ Marchewka do chrupania



MENU od 24.11.2025 do 28.11.2025 PRZEDSZKOLE - Dieta **wegetariańska**

 24.11.2025 Poniedziałek	 25.11.2025 Wtorek	 26.11.2025 Środa	 27.11.2025 Czwartek	 28.11.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), miód, serek grani (7), sałata, papryka Napar owocowo-ziółowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek śmietankowy (7), sałatka jarzynowa (3,9,10), ogórek kiszony, szczypiorek Herbata z dzikiej róży z miętą	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), ogórek zielony, rzodkiewka Płatki kukurydziane na mleku (7) Herbata rumiankowa	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), dżem truskawkowy niskosłodzony, smalczyk z fasoli i cebulki, papryka, pomidor Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko (3), twarożek ze śmietaną i rzodkiewką (7) Herbata owoce lasu
Zupa Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem sprężynki i świeżym koperkiem (1,9)	Zupa Delikatna tajska zupa na mleczku kokosowym z curry i tofu z batatami i ziemniakami	Zupa Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Krem z gruszki i pietruszki (9) z grzankami razowymi (1)	Zupa Kalafiorowa na bulionie warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)
II danie Kotleciki z soczewicy sosie cytrynowo-pietruszkowym (1,3,7) kasza bulgur (1) surówka z buraczków Lemoniada cytrynowo-pomarańczowa	II danie Pierogi z serem (1,7) musem brzoskwinowym i słodką śmietaną (7) Kompot wieloowocowy	II danie Steki z kalafiora w delikatnej panierce (1,3) puree ziemniaczane z koperkiem (7) surówka z białej kapusty z kukurydzą i marchewką Kompot wieloowocowy	II danie Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ z sosem bolońskim wegetariańskim z ciecierzycą, tartą marchewką i serem gouda /7/ Kompot wieloowocowy	II danie Panierowany kotlet z miruny /1,3,4/ ziemniaczki gotowane z koperkiem surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i marchewką Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl wiśniowo- bananowy na jogurcie naturalnym (7) Mandarynka	Podwieczorek Drożdżowa bułeczka z żółtym serem i szynką (1,3,7)	Podwieczorek Ciasto ucierane ze śliwką (1,3,7)	Podwieczorek Pudding chia na mleku roślinnym z musem mango-banan Połowa jabłka	Podwieczorek Babka cytrynowa (1,3)



ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 – Zboża zawierające gluten, 2 – Skorupiaki i produkty pochodne

3 – 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