

MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska

od 01.12.2025 do 05.12.2025

01.12.2025 Poniedziałek	02.12.2025 Wtorek	03.12.2025 Środa	04.12.2025 Czwartek	05.12.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), miód, papryka kolorowa, ogórek kiszony Herbata owoce lasu	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta z pieczonych warzyw i ciecierzycy (9), serek mozzarella (7), sałata, pomidor Herbata zielona z mango	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasztet warzywnym z czerwoną soczewicą (1,3), dżem brzoskwiniowy niskosłodzony, ogórek zielony rzodkiewka Płatki kukurydziane na mleku (7) Herbata z róży i wiśni	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), twarożek waniliowy (7), jajko (3), pomidor, sałata Kakao na mleku 2% tłuszczu (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), powidła śliwkowe, rzodkiewka, ogórek zielony Herbata wiśniowa
Zupa Ogórkowa z koperkiem i ziemniaczkami na bulionie warzywnym (9)	Zupa Bulion warzywny z kolorowymi warzywami, natką pietruszki i kaszą manną (1,9)	Zupa Fasolowa z jesiennymi warzywami i ziemniaczkami na wywarze warzywnym (9)	Zupa Wegetariańska zupa jarzynowa z brukselką i kaszą bulgur (1,9)	Zupa Krem z pieczonego czosnku i ziemniaków (9) z grzankami razowymi (1)
II danie Gulasz z ciecierzycą w sosie pomidorowo-paprykowym z cukinią i natką pietruszki (9) ryż jaśminowy mix kolorowych warzyw na parze Kompot wieloowocowy	II danie Pancakes (1,3,7) z musem truskawkowym i serkiem waniliowym (7) Lemoniada z pomarańczą	II danie Kotlecik warzywny z fasoli, ziemniaki gotowane z koperkiem, domowy colesław na jogurcie (7,10) Kompot wieloowocowy	II danie Makaron penne (1) z różyczkami brokuła i zielonym groszkiem w sosie serowo-śmietanowym (7) Lemoniada cytrynowa	II danie Koreczki rybne (1,3,4) z pieczonymi ziemniaczkami, sos tatarski z kiszonym ogórkiem (3,7,10) surówka z białej kapusty, pora i jabłka Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl na jogurcie naturalnym (7) z musem mango i wiórkami kokosa	Podwieczorek Ślimaczki ze szpinakiem (1,3,7) Połowa jabłka	Podwieczorek Jogurt naturalny z musem malinowym (7) Chrupki kukurydziane	Podwieczorek Jabłecznik z owsianą kruszonką (1,3,7)	Podwieczorek Pierniczek Mikołajkowy (1,3,7), Mandarynka

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

MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska od 07.12.2025 do 11.12.2025

07.12.2025 Poniedziałek	08.12.2025 Wtorek	09.12.2025 Środa	10.12.2025 Czwartek	11.12.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), serek kremowy śmietankowy (7), dżem wiśniowy niskosłodzony, pomidor, szczypiorek Napar owocowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), hummus (11), ogórek kiszony, papryka Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), jajko gotowane (3), ogórek zielony, rzodkiewka, szczypiorek Kakaowa owsianka na mleku (1,7) Herbata brzoskwinia-mango	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), ser żółty (7), miód, pomidor, ogórek kiszony Kawa inka na mleku (1,7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), twarożek truskawkowy (7), pasta rybna z makreli ze szczypiorkiem (4,7), sałata, papryka Herbata owoce leśne-malina
Zupa Zupa pomidorowa na wywarze warzywnym (9) z makaronem świderki (1)	Zupa Krem z brokuła z tartym serem mozzarella (9,7)	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na bulionie warzywnym (9)	Zupa Wegetariańska zupa z żółtej soczewicy z jesiennymi warzywami (9)	Zupa Meksykański krem wegetariański z pomidorów (9) z czerwoną fasolą i prażynkami
II danie Kotlecik z białej fasoli z natką pietruszki (1,3), złocisty ryż ziołowy z kurkumą, marchewka z groszkiem glazurowana masłem (7) Kompot wieloowocowy	II danie Ziołowe falafele z ciecierzycy w sosie jogurtowym (1,7), gotowane mini ziemniaczki z koperkiem, surówka z czerwonych buraczków i cebulki Lemoniada z gruszką i goździkiem	II danie Makaron świderki (1) w kremowym sosie pomidorowo-warzywnym z tartą mozzarellą (7,9) Lemoniada porzeczkowa	II danie Steki z kalafiora w delikatnej panierce panko (1,3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z kiszonej kapusty i marchewki Jesienny kompot wieloowocowy	II danie Naleśniki(1,3,7) na słodko z serkiem waniliowo-twarogowym (7) i musem jabłkowo-gruszkowym Lemoniada pomarańczowa
Podwieczorek Kakaowe herbatniki zbożowe (1,7) Połowa jabłka	Podwieczorek Babka cytrynowa (1,3,7)	Podwieczorek Croissant maślany (1,3,7) Połowa gruszki	Podwieczorek Bułeczka cynamonowa (1,3,7)	Podwieczorek Paluch drożdżowy z serem (1,3,7)

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

MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska od 15.12.2025 do 19.12.2025

15.12.2025 Poniedziałek	16.12.2025 Wtorek	17.12.2025 Środa	18.12.2025 Czwartek	19.12.2025 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser mozzarella (7), powidła śliwkowe, ogórek kiszony, szczypiorek Herbata rooibos pomarańczowa	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), twaróg ze śmietaną i rzodkiewką (7), jajko (3), pomidor, sałata Herbatka zielona z mango	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), plaster twarogu (7), ogórek zielony, pomidor, szczypiorek Płatki ryżowe na mleku (7) z suszoną żurawiną Herbata owocowo-rumiankowa	Śniadanie Bułka grahamka, chleb żytni (1) masło (7), smalczyk z fasoli i cebulki, ser żółty (7), pomidor, papryka Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3), dżem malinowy niskosłodzony, ogórek zielony, rzodkiewka Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Tradycyjny krupnik na wywarze warzywnym z kaszą jęczmienną (1,9)	Zupa Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Bulion warzywny z makaronem i świeżą natką pietruszką (1,9)	Zupa Wegetariański barszcz czerwony wigilijny z pasztecikiem z kapustą kiszoną (1,3,7,9)	Zupa Krem z białych warzyw i pieczonego pora z grzankami (9,1)
II danie Gulasz wegetariański z czerwoną fasolą, papryką i ogórkiem kiszonym, pyzy drożdżowe (1,3,7) Lemoniada rabarbarowa	II danie Kotleciki z buraka i ciecierzycy (1,3) gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, surówka koperkowa z kukurydzą Napar owocowo-ziołowy	II danie Jajko w kremowym sosie jogurtowo-musztardowym z natką pietruszki (3,7,10), kasza gryczana, buraczki na ciepło Kompot wieloowocowy	II danie Dorsz w panierce prowansalskiej (1,3,4), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Kompot z suszonych owoców	II danie Pierogi z kapustą i pieczarkami (1) okraszone duszoną cebulką Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7) Połowa banana	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z korzenną przyprawą (1,3,7) Połowa jabłka	Podwieczorek Mus owocowy Wafelek z ciecierzycy	Podwieczorek Piernik z powidłami śliwkowymi i gorzką czekoladą (1,3,7)	Podwieczorek Ślimaczek z makiem i rodzynkami (1,3,7), Marchewka do chrupania

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

MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska od 22.12.2025 do 23.12.2025

📅 22.12.2025 Poniedziałek	📅 23.12.2025 Wtorek	ŚWIĘTO	ŚWIĘTO	ŚWIĘTO
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), miód, ser gouda (7) sałata, ogórek zielony Zimowy napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), dżem wiśniowy niskosłodzony, jajko gotowane (3), pomidor, szczypiorek Herbata rooibos owocowa	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Zupa Barszcz czerwony z ziemniaczkami i jarzynami (9)	Zupa Pomidorowa na wywarze warzywnym z makaronem literki i świeżą pietruszką (1,9)	Zupa	Zupa	Zupa
II danie Świąteczne kotleciki jaglane (1,3) w sosie żurawinowym i pomarańczach, kopytka (1) blanszowane warzywa Lemoniada jabłkowa	II danie Ryż jaśminowy zapiekany z jabłkiem cynamonem i śmietanką (7) Kompot wieloowocowy	II danie	II danie	II danie
Podwieczorek Kisiel owocowy z kawałkami jabłka, Mandarynka	Podwieczorek Babka marmurkowa w śniegowej polewie (1,3,7)	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek

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

MENU PRZEDSZKOLE - dieta wegetariańska od 29.12.2025 do 31.12.2025

📅 29.12.2025 Poniedziałek	📅 30.12.2025 Wtorek	📅 31.12.2025 Środa	ŚWIĘTO	📅 02.01.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), ser żółty (7), powidła śliwkowe, sałata, ogórek zielony Herbata owoce leśne-malina	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta jajeczna (3), plaster twarogu (7), pomidor, szczypiorek Herbata z dzikiej róży z miętą	Śniadanie Pieczywo żytnie, razowe, pszenne (1), masło (7), pasta z pieczonego buraka ze słonecznikiem i pietruszką, ogórek zielony, pomidor, rzodkiewka Kaszka manna na mleku (1,7) Napar ziołowo-owocowy	Śniadanie	Śniadanie
Zupa Krem z pomidora dyni i pieczonej papryki z tartą mozzarellą (7,9)	Zupa Kalafiorowa z brokułem i ziemniakami (9)	Zupa Ogórkowa na wywarze warzywnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa	Zupa
II danie Ciecierzycza z papryką i cukinią w delikatnym curry (7), ryż paraboliczny, surówka z marchewki Lemoniada cytrynowo-pomarańczowa	II danie Pulpeciki z soczewicy i kaszy kuskus (1) w sosie pomidorowo-śmietanowym (7), makaron sprężynki (1,) blanszowany zielony groszek Kompot wieloowocowy	II danie Jajko sadzone (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), marchewki pieczone w miodowej glazurze Kompot wieloowocowy	II danie	II danie
Podwieczorek Herbatniki – 2 sztuki (1,3,7), Jabłko	Podwieczorek Ciasto drożdżowe z owocami i kruszonką (1,3,7)	Podwieczorek Koktajl brzoskwińowy- bananowy na jogurcie naturalnym (7), chrupki kukurydziane	Podwieczorek	Podwieczorek

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