



MENU od 01.01.2026 do 02.01.2026 PRZEDSZKOLE dieta bezglutenowa

29.12.2025 Poniedziałek

30.12.2025 Wtorek

31.12.2025 Środa

WOLNE

02.01.2026 Piątek

Śniadanie

Śniadanie
Pieczywo bezglutenowe, masło (7),
ser żółty (7), dżem wiśniowy
niskosłodzony, rzodkiewka, ogórek
zielony

Herbata malinowa

Zupa

Zupa
Zupa jarzynowa z warzywami i
ziemniaczkami (9) na wywarze
warzywnym

II danie

II danie
Knedle ze śliwką (3), sos
śmietanowo-jogurtowy z owocami
leśnymi (7)

Kompot wieloowocowy

Podwieczorek

Podwieczorek
Koktajl jagodowy na jogurcie
naturalnym (7), jabłko



MENU od 05.01.2026 do 09.01.2026 PRZEDSZKOLE dieta bezglutenowa

05.01.2026 Poniedziałek	ŚWIĘTO	07.01.2026 Środa	08.01.2026 Czwartek	09.01.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), plaster twarogu półtłustego (7), szynka z indyka, rzodkiewka, szczypiorek Napar owocowy	Śniadanie	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), ser żółty (7), ogórek zielony, sałata Płatki jaglane na mleku (7) z suszoną żurawiną Herbata brzoskwinia-mango	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe masło (7), jajko gotowane (3), dżem malinowy niskosłodzony, papryka, rzodkiewka Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), hummus (11), twarożek ze śmietaną i szczypiorkiem (7), pomidor, ogórek zielony Herbata owoce leśne-malina
Zupa Krem z zielonych warzyw (9) z grzankami ziołowymi bezglutenowymi i kleksem śmietany (7)	Zupa	Zupa Krupnik na wywarze mięsnym z kaszą jaglaną i kolorowymi warzywami (9)	Zupa Ogórkowa na wywarze mięsnym z koperkiem i ziemniaczkami (9)	Zupa Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem na bulionie warzywnym (9)
II danie Grillowane polędwiczki z kurczaka w sosie potrawkowym, kasza jaglana, surówka z marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy	II danie	II danie Paseczki schabu w sosie własnym z duszoną cebulką gotowane małe ziemniaczki z koperkiem buraczki zasmażane z jabłkiem Lemoniada porzeczkowa	II danie Kotlet de volaille z serem w panierce bezglutenowej (3,7) puree ziemniaczane z koperkiem /7/ domowy colesław na jogurcie naturalnym (7,10) Kompot wieloowocowy	II danie Makaron bezglutenowy w kremowym sosie pomidorowo- warzywnym z tartą mozzarellą (7,9) Lemoniada pomarańczowa
Podwieczorek Chrupki kukurydziane, połowa banana	Podwieczorek	Podwieczorek Dwa wafle z ciecierzycy, gruszka	Podwieczorek Brownie na bazie mąki bezglutenowej z kokosem (3,7)	Podwieczorek Ciasto bezglutenowe z owocami i kruszonką (3,7)



MENU od 12.01.2026 do 16.01.2026 PRZEDSZKOLE dieta bezglutenowa

12.01.2026 Poniedziałek	13.01.2026 Wtorek	14.01.2026 Środa	15.01.2026 Czwartek	16.01.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), ser mozzarellą (7), polędwica z kurczaka, ogórek zielony, sałata	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), szynka drobiowa, ser żółty (7), ogórek zielony, szczypiorek	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), kiełbaska na ciepło, ogórek zielony, pomidor Kasza jaglana na mleku (7) z musem truskawkowym	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3,7), domowy pasztet drobiowo- warzywny (3), pomidor, ogórek kiszony	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), miód, plaster twarogu półtłustego (7), rzodkiewka, papryka
Herbata rooibos pomarańczowa	Herbatka zielona z mango	Herbata owocowo-rumiankowa	Kakao na mleku (7)	Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Jarzynowa z kalafiem zielonym groszkiem i brukselką (9)	Zupa Krem z gruszki i pietruszki z prażynkami (9)	Zupa Rosół drobiowy z makaronem bezglutenowym i świeżą natką pietruszką (9)	Zupa Krem z białych warzyw i pieczonego pora z grzankami bezglutenowymi (9)	Zupa Pomidorowa z makaronem bezglutenowym i świeżą pietruszką (9)
II danie Kurczak w delikatnym curry (7), ryż paraboliczny, mix blanszowanych warzyw	II danie Pieczona pałka z kurczaka, puree ziemniaczane z koperkiem (7), kolorowa fasolka szparagowa duszona z cebulką	II danie Naleśniki na bazie mąki bezglutenowej (3,7) z twarogiem truskawkowym (7) i musem mango	II danie Domowa shoarma drobiowa, zapekane ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty i jabłka	II danie Filet z miruny w panierce kukurydzianej (3,4) puree ziemniaczane z koperkiem (7) surówka z kiszonej kapusty marchewki i jabłka
Lemoniada rabarbarowa	Napar owocowo-ziołowy	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Wafle kukurydziane dwie sztuki, mandarynka	Podwieczorek Ciasto jogurtowe z brzoskwinia na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Wytrawny paluch drożdżowy z serem na bazie mąki bezglutenowej (3,7), połowa jabłka	Podwieczorek Strucla z jabłkami rodzynkami i cynamonem na bazie maki bezglutenowej (3)	Podwieczorek Deser bananowo-jogurtowy (7) z kruszonymi ciasteczkami bezglutenowymi, połowa gruszki

19.01.2026 Poniedziałek	20.01.2026 Wtorek	21.01.2026 Środa	22.01.2026 Czwartek	23.01.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), dżem niskosłodzony z owoców leśnych, kielbasa krakowska drobiowa, sałata, ogórek kiszony Zimowy napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), szynka z indyka, twarożek ze śmietaną (7), pomidor, ogórek zielony Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), szynka drobiowa, rzodkiewka, ogórek zielony, szczypiorek Płatki ryżowe na mleku (7) z musem z owoców leśny Herbata brzoskwinia-mango	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), powidła śliwkowe, jajko gotowane (3), szczypiorek, papryka Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta z tuńczyka z suszonymi pomidorami i twarogiem (4,7,9), ser gouda (7), pomidor, ogórek kiszony Herbata malinowa
Zupa Kapuśniak z kiszonej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Ogórkowa z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Krem z pieczonej papryki pomidorów i dyni (9) z grzankami bezglutenowymi	Zupa Piecarkowa z makaronem bezglutenowym na wywarze warzywnym (9)	Zupa Kalafiorowo-brokułowa na bulionu warzywnym z ziemniakami (9)
II danie Bowl z kaszą jaglaną i ziołowym kurczakiem, grillowanymi warzywami: papryka, cukinia, bakłażan z dodatkiem sosu jogurtowo-miętowego (7) Lemoniada jabłkowa	II danie Makaron spaghetti bezglutenowy z sosem bolońskim drobiowo-wieprzowym z tartą marchewką, tarty ser gouda do posypania(7) Kompot wieloowocowy	II danie Stripsy a la KFC w panierce bezglutenowej (3), gotowane małe ziemniaczki z koperkiem, surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy Kompot wieloowocowy	II danie Szarpana wieprzowina z marchewką, kluski śląskie (3), sałatka z kiszonego ogórka papryki i cebulki Kompot wieloowocowy	II danie Pancakes na bazie maki bezglutenowej (3,7) z syropem klonowym i serkiem waniliowym (7) Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Wafle z ciecierzycy – 2 sztuki, ananas	Podwieczorek Ciasto na maślanie z owocami i kruszonką na bazie maki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Wytrawny ślimaczek z szynką i serem na bazie maki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Jogurtowiec z kolorowymi galaretkami i musem borówkowym (7), połowa banana	Podwieczorek Babka marmurkowa na bazie mąki bezglutenowej (3,7)

26.01.2026 Poniedziałek	27.01.2026 Wtorek	28.01.2026 Środa	29.01.2026 Czwartek	30.01.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), serek śmietankowy (7), powidła śliwkowe, sałata, ogórek zielony Herbata owoce leśne-malina	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasztet drobiowo-warzywny (3,9), mozzarellą (7), pomidor, szczypiorek Herbata z dzikiej róży z miętą	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), kielbaska na ciepło, ogórek zielony, rzodkiewka Płatki kukurydziane na mleku (7) Napar ziołowo-owocowy	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta jajeczna z jogurtem i szczypiorkiem (3,7), dżem niskosłodzony brzoskwiniowy, pomidor, ogórek kiszony Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), twarożek bazyliowy (7), ser gouda (7), sałata, papryka Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Krem z zielonego groszku (9) z grzankami ziołowymi bezglutenowymi	Zupa Rosół drobiowy z makaronem bezglutenowym i pietruszką (9)	Zupa Biały barszcz na zakwasie bezglutenowym z kawałkami białej kielbaski, ziemniaczkami i majerankiem (7,9)	Zupa Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jasmelowym i świeżą pietruszką (9)	Zupa Wegetariańska zupa warzywna z żółtą soczewicą (9)
II danie Chilli con carne z czerwoną papryką i fasolką, ryż basmati, dip jogurtowy (7) Lemoniada cytrynowo-pomarańczowa	II danie Domowy kotlet mielony drobiowo-wieprzowy z cukinią (3,7) puree ziemniaczano-pietruszkowe z koperkiem (7) kapusta kiszona na ciepło z jabłkiem Kompot wieloowocowy	II danie Knedle z truskawkami (3), sos jogurtowo-waniliowy (7), mus z owoców leśnych Kompot wieloowocowy	II danie Paski schabu pieczone z pieczarkami i cebulką w sosie własnym, kasza gryczana, surówka z buraczków i jabłka Kompot wieloowocowy	II danie Pieczona miruna w panierce bezglutenowej (3,4), opiekane złociste ziemniaczki, surówka z białej kapusty ogórka kiszzonego marchewki i jabłka Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Kisiel wiśniowy z kleksem jogurtowym (7), Jabłko	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z mango na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Pudding chia z musem truskawka-banan (7), połowa gruszki	Podwieczorek Pizzerinka z sosem pomidorowym i żółtym serem na bazie mąki bezglutenowej (7)	Podwieczorek Ciasto ucierane ze śliwkami na bazie mąki bezglutenowej (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