

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezglutenowa

od 02.03.2026 do 06.03.2026



02.03.2026 Poniedziałek	03.03.2026 Wtorek	04.03.2026 Środa	05.03.2026 Czwartek	06.03.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), kiełbasa krakowska, ser żółty (7), ogórek kiszony, papryka czerwona Herbata rooibos brzoskwiniowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), twaróg półtłusty w plastrach (7), szynka drobiowa, rzodkiewka, pomidor Herbata miętowa z mango	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), polędwica z indyka, pomidor, ogórek kiszony, szczypiorek Kaszka kukurydziana na mleku (7) z musem z owoców leśnych Herbata z róży i wiśni	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), serek śmietankowy (7), dżem jagodowy niskosłodzony rzodkiewka, ogórek zielony Kakao na mleku 2% tłuszczu (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), jajko gotowane (3), twarożek ze śmietana i szczypiorkiem (7), pomidor, rzodkiewka Herbata rooibos
Zupa Pomidorowa na wywarze drobiowym z ryżem jaśminowym (9)	Zupa Kalafiorowa z ziemniaczkami i koperkiem na wywarze mięsnym (9)	Zupa Krupnik na wywarze drobiowym z kaszą jaglaną kurkumą i świeżą natką pietruszki (9)	Zupa Krem z zielonego groszku z domowymi grzankami bezglutenowymi (9)	Zupa Jarzynowa z kolorowymi warzywami koperkiem i kaszą jaglaną (9)
II danie Pierogi leniwe bezglutenowe (7), mus z czerwonych owoców, słodka śmietana (7)	II danie Sznycel drobiowy w panierce bezglutenowej (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z buraczków i natki pietruszki	II danie Makaron bezglutenowy, sos napoli ze śmietaną i tartą mozzarellą (7)	II danie Domowy gyros drobiowy, ryż paraboliczny, mix blanszowanych warzyw (kukurydza, kolorowa marchewka, brokuł, papryka)	II danie Pieczona miruna w panierce bezglutenowej (3,4), gotowane małe ziemniaczki, surówka z marchewki i selera (9)
Lemoniada jabłkowa	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Lemoniada pomarańczowa	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Deser bananowo-jogurtowy (7), wafelek ryżowy, połowa jabłka	Podwieczorek Domowa bułeczka drożdżowa z nadzieniem pieczarkowym na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Koktajl rafaello z bananem i owocami leśnymi na jogurcie naturalnym (7), mandarynka	Podwieczorek Brownie z wiśniami na bazie mąki bezglutenowej (3,7), marchew do chrupania	Podwieczorek Pudding chia z musem truskawka-banan (7), mandarynka

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezglutenowa

od 09.03.2026 do 13.03.2026



09.03.2026 Poniedziałek	10.03.2026 Wtorek	11.03.2026 Środa	12.03.2026 Czwartek	13.03.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), szynka z kurczaka, ser mozzarella (7), ogórek kiszony, sałata Napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), kielbaska na ciepło, hummus (11), ogórek zielony, papryka Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta z kurczaka z natką pietruszki (3,10), ogórek kiszony, pomidor Płatki jaglane na mleku z musem śliwkowym (7) Herbata brzoskwinia-truskawka	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, ser żółty (7), polędwica drobiowa, rzodkiewka, sałata Herbata owoce leśne-malina	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta jajeczna ze szczypiorkiem (3), dżem wiśniowy niskosłodzony, pomidor, ogórek zielony Kakao na mleku (7)
Zupa Koperkowa z ziemniakami i śmietaną na wywarze drobiowym (7,9)	Zupa Rosół drobiowy z kolorowymi warzywami, natką pietruszki i makaronem bezglutenowym (9)	Zupa Ogórkowa z ziemniaczkami i koperkiem na wywarze mięsnym (9)	Zupa Szczawiowa z ziemniakami jajkiem i śmietaną (3,7,9)	Zupa Krem pomidorowy z tartą mozzarellą i grzankami bezglutenowymi na wywarze warzywnym (7)
II danie Łagodne chilli con carne z czerwoną fasolką, ryż paraboliczny, dip jogurtowo-śmietanowy (7) Lemoniada rabarbarowa	II danie Naleśniki na bazie mąki bezglutenowej (3,7) na słodko z twarożkiem mango (7) i polewą truskawkową Kompot wieloowocowy	II danie Poopsy z kurczaka a'la KFC w bezglutenowej panierce (3), sos jogurtowy z koperkiem (7), gotowane małe ziemniaczki domowy colesław Kompot wieloowocowy	II danie Pierogi z mięsem na bazie mąki bezglutenowej z okrasą z duszonej cebulki, kleks kwaśnej śmietany (7) Kompot wieloowocowy	II danie Burger rybny (3,4), pieczone ziemniaczki, sos tatarski z ogórkiem kiszonym (7), surówka z białej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Herbatniki bezglutenowe - 2 sztuki (3,7), mandarynka	Podwieczorek Paluch drożdżowy z serem na bazie mąki bezglutenowej (7), połowa jabłka	Podwieczorek Jabłecznik z cynamonową kruszonką na bazie mąki bezglutenowej (3)	Podwieczorek Jogurt grecki z frużeliną wiśniową i płatkami kukurydzianymi (7), chrupki kukurydziane	Podwieczorek Panna cotta z musem truskawkowym (7), połowa banana

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezglutenowa

od 16.03.2026 do 20.03.2026



16.03.2026 Poniedziałek	17.03.2026 Wtorek	18.03.2026 Środa	19.03.2026 Czwartek	20.03.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), serek kremowy śmietankowy (7), szynka wieprzowa gotowana, ogórek zielony, rzodkiewka Herbata rooibos brzoskwiniowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), dżem morelowy niskosłodzony, twaróg półtłusty w plasterkach (7), ogórek zielony, sałata Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), jajko gotowane (3), rzodkiewka, szczypiorek, pomidor Płatki kukurydziane na mleku (7) Herbata owocowo-rumiankowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), ser mozzarella (7), szynka z indyka, pomidor, sałata Herbatka zielona z mango	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), pasta pomidorowa z makrelą i ogórkiem kiszonym (4), ser żółty (7), ogórek zielony, rzodkiewka Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Krem ziemniaczano-porowy z selerem (9), grzankami bezglutenowymi i kwaśną śmietaną (7)	Zupa Zagrodowa na wywarze drobiowym z dymką i fasolką szparagową (9)	Zupa Kapuśniak ze słodkiej kapusty na wywarze mięsnym z ziemniakami i koperkiem (9)	Zupa Pomidorowa na wywarze drobiowym z makaronem bezglutenowym (9)	Zupa Wiosenna zupa z kalarepą zielonym groszkiem ziemniakami i koperkiem (9)
II danie Kurczak w delikatnym sosie curry, ryż jaśminowy ze świeżą natką pietruszki, blanszowany na parze brokuł mini marchewki	II danie Kotlet schabowy w panierce kukurydzianej (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka wiosenna	II danie Pulpety wieprzowo-drobiowe (3) w sosie pomidorowo-warzywnym, makaron spaghetti bezglutenowy, tarty ser gouda (7)	II danie Filet drobiowy w panierce bezglutenowej (3), małe ziemniaczki gotowane z koperkiem, surówka z kapusty z marchewką i porem	II danie Pancakes na bazie mąki bezglutenowej (3,7) z domowym serkiem czekoladowym (7) i musem z czerwonych owoców
Lemoniada jabłkowa	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy	Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Koktajl jagodowy na jogurcie naturalnym (7), chrupki kukurydziane	Podwieczorek Ciasto marchewkowe z brzoskwiniami na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Smothie owocowe, ciasteczko kukurydziane (3)	Podwieczorek Drożdżówka z truskawką i kruszonką na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Galaretka owocowa, połowa banana

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezglutenowa

od 23.03.2026 do 27.03.2026



23.03.2026 Poniedziałek	24.03.2026 Wtorek	25.03.2026 Środa	26.03.2026 Czwartek	27.03.2026 Piątek
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), miód, plaster twarogu (7), sałata, pomidor Napar owocowo-ziołowy	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), szynka z kurczaka, ser mozzarella (7), ogórek zielony, rzodkiewka Herbata rooibos owocowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), polędwica wieprzowa gotowana, pomidor, rzodkiewka, szczypiorek Płatki jaglane na mleku z suszoną żurawiną (7) Herbata owocowa	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), serek śmietankowy (7), pasztet drobiowy z warzywami (3), sałata, ogórek zielony Kakao na mleku (7)	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), hummus (11), ser żółty (7), ogórek kiszony, pomidor Herbata z kwiatu hibiskusa
Zupa Krupnik z kaszą jaglaną i warzywami (9) na wywarze mięsnym	Zupa Barszcz ukraiński na wywarze mięsnym ze śmietaną (7,9)	Zupa Rosół drobiowy z warzywami, natką pietruszki i makaronem bezglutenowym (9)	Zupa Pomidorowa na wywarze drobiowym z makaronem bezglutenowym (9)	Zupa Kalafiorowa z ziemniaczkami fasolką szparagową i koperkiem (9)
II danie Strogonow wieprzowy z czerwoną papryką i pieczarkami, kasza jaglana, ogórek kiszony Lemoniada	II danie Knedle z morelą (3) na słodko z musem czekoladowym (7) i sosem jogurtowo-wiśniowym (7) Kompot wieloowocowy	II danie Nuggetsy z kurczaka w panierce bezglutenowej (3), puree ziemniaczane z koperkiem (7), surówka z białej kapusty marchewki i kukurydzy Kompot wieloowocowy	II danie Roladka drobiowa z warzywami i serem żółtym (3,7), w delikatnym sosie koperkowym, ryż paraboliczny surówka z buraczków Kompot wieloowocowy	II danie Paluszki rybne w panierce bezglutenowej (3,4), opiekane ziemniaczki, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem i natką pietruszki Kompot wieloowocowy
Podwieczorek Dwa wafelki kukurydziane z siemieniem lnianym, gruszka	Podwieczorek Pudding chia na mleku z musem mango (7), jabłko	Podwieczorek Domowe ciasto na maśle z owocami na bazie mąki bezglutenowej (3,7)	Podwieczorek Babka cytrynowa na bazie mąki bezglutenowej (3), warzywa do chrupania	Podwieczorek Pizzerinka z serem i sosem pomidorowym na bazie mąki bezglutenowej (3,7)

MENU PRZEDSZKOLE - dieta bezglutenowa od 30.03.2026 do 31.03.2026



30.03.2026 Poniedziałek	31.03.2026 Wtorek			
Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), polędwica drobiowa, ser żółty (7), ogórek zielony, szczypiorek Napar truskawka-malina	Śniadanie Pieczywo bezglutenowe, masło (7), serek śmietankowy (7), kiełbaska na ciepło, ogórek zielony, rzodkiewka Herbata rooibos owocowa			
Zupa Krem z wiosennych warzyw z prażonym słonecznikiem i śmietaną (7,9)	Zupa Biały barszczyk z makaronem bezglutenowym na śmietanie (7,9)			
II danie Kurczak w sosie słodko-kwaśnym, ryż paraboliczny, surówka koperkowa z kukrydzą Lemoniada rabarbarowa	II danie Pieczona pałka z kurczaka w chrupkiej miodowej glazurze, gotowane małe ziemniaki z koperkiem, młoda kapusta duszona z pomidorami marchewką koperkiem i śmietaną (7) Kompot wieloowocowy			
Podwieczorek Koktajl mango-banan na jogurcie naturalnym (7), wafle z ciecierzycy	Podwieczorek Ciasto drożdżowe z truskawkami i kruszonką 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