Cieszyn, 27.10.2026

MENU PRZEDSZKOLE 2 - 6 listopad

PONIEDZIAŁEK 02.11	
ŚNIADANIE	
MENU STANDARD	Szakszuka ze szpinakiem, chleb pszenny, masło, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: jajo, mleko i jego pochodne, gluten
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Tofucznica ze szpinakiem, chleb pszenny, masło roślinne, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: gluten
D. WEGAŃSKA	Tofucznica ze szpinakiem, chleb pszenny, masło roślinne, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: gluten,
D. WEGETARIAŃSKA	Szakszuka ze szpinakiem, chleb pszenny, masło, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: jajo, gluten, mleko i jego pochodne

OBIAD/ PODWIECZOREK			
	ZUPA (250 ml)	**II DANIE:**	**PODWIECZOREK**
MENU STANDARD	Krem porowo - ziemniaczany z grzankami ziołowymi	Risotto z kurczakiem i warzywami (180g)	Twarożek brzoskwiniowy, wafle ryżowe
	Alergeny: seler, gluten	*Alergeny:*	*Alergeny: mleko i jego pochodne*
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Krem porowo - ziemniaczany z grzankami ziołowymi	Risotto z kurczakiem i warzywami (180g)	Mus z pieczonej brzoskwinii, wafle ryżowe
	Alergeny: seler, gluten	*Alergeny:*	*Alergeny:*
D. WEGAŃSKA	Krem porowo - ziemniaczany na jarskim wywarze z grzankami ziołowymi	Wege risotto z warzywami i soczewicą (180g)	Mus z pieczonej brzoskwinii, wafle ryżowe
	Alergeny: seler, gluten	*Alergeny:*	*Alergeny:*
D. WEGETARIAŃSKA	Krem porowo - ziemniaczany na jarskim wywarze z grzankami ziołowymi	Wege risotto z warzywami i soczewicą (180g)	Twarożek brzoskwiniowy, wafle ryżowe
	Alergeny: seler, gluten	*Alergeny:*	*Alergeny: mleko i jego pochodne*

WTOREK 03.11	
ŚNIADANIE	
MENU STANDARD	Bułka grahamka, pieczony domowy pasztet, ogórek kiszony, herbata czarna z cytryną bez cukru
	Alergeny: mleko i jego pochodne, gluten, jajo
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Tofucznica ze szpinakiem, chleb pszenny, masło roślinne, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: gluten
D. WEGAŃSKA	Tofucznica ze szpinakiem, chleb pszenny, masło roślinne, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: gluten,
D. WEGETARIAŃSKA	Bułka grahamka,, pasztet z cukinii bez jaja, ogórek kiszony, herbata czarna z cytryną bez cukru
	Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne

OBIAD/ PODWIECZOREK			
	ZUPA (250 ml)	**II DANIE:**	**PODWIECZOREK**
MENU STANDARD	Grochówka z ziemniakami	Naleśniki z musem jabłkowym	Pizzerinki z serem i szynką
	Alergeny: seler, gorczyca	*Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne, jajo*	*Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne*
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Grochówka z ziemniakami	Naleśniki na wodzie gazowanej bez jaja z musem jabłkowym	Pizzerinki z serem wegańskim i szynką
	Alergeny: seler, gorczyca	*Alergeny: gluten*	*Alergeny: gluten,*
D. WEGAŃSKA	Wege rochówka z ziemniakami i wegańską kiełbasą	Naleśniki na wodzie gazowanej bez jaja z musem jabłkowym	Pizzerinki z serem wegańskim i szpinakiem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten*	*Alergeny: gluten*
D. WEGETARIAŃSKA	Wege rochówka z ziemniakami i wegańską kiełbasą	Naleśniki z musem jabłkowym	Pizzerinki z serem wegańskim i szpinakiem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne, jajo*	*Alergeny: gluten,*

ŚRODA 04.11	
ŚNIADANIE	
MENU STANDARD	Nocna jaglanka z suszonymi owocami, orzechami i cynamonem, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: mleko i jego pochodne,
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Nocna jaglanka na mleku roślinnym z suszonymi owocami i cynamonem bez orzechów, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny:
D. WEGAŃSKA	Nocna jaglanka na mleku roślinnym z suszonymi owocami, orzechami i cynamonem, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: gluten
D. WEGETARIAŃSKA	Nocna jaglanka z suszonymi owocami, orzechami i cynamonem, herbata owocowa bez cukru
	Alergeny: mleko i jego pochodne,

OBIAD/ PODWIECZOREK			
	ZUPA (250 ml)	**II DANIE:**	**PODWIECZOREK**
MENU STANDARD	Zupa ogórkowa na jarskim wywarze z ryżem	Stripsy z kurczaka (70g), ziemniaki (100g), surówka z marchewki (60g)	Budyń z sokiem malinowym, biszkopty
	Alergeny: seler, mleko i jego pochodne	*Alergeny: jajo, gluten,*	*Alergeny: mleko i jego pochodne, jajo, gluten*
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Zupa ogórkowa na jarskim wywarze z ryżem zabielana śmietaną wegańską	Grillowana pierś z kurczaka (70g), ziemniaki (100g), surówka z marchewki (60g)	Budyń na mleku roślinnym z sokiem malinowym,chrupki kukurydziane
	Alergeny: seler,	*Alergeny:*	*Alergeny:*
D. WEGAŃSKA	Zupa ogórkowa na jarskim wywarze z ryżem zabielana śmietaną wegańską	Szaszłyk z grillowanych warzyw (70g), ziemniaki (100g), surówka z marchewki (60g)	Budyń na mleku roślinnym z sokiem malinowym,chrupki kukurydziane
	Alergeny: seler,	*Alergeny:*	*Alergeny:*
D. WEGETARIAŃSKA	Zupa ogórkowa na jarskim wywarze z ryżem	Szaszłyk z grillowanych warzyw (70g), ziemniaki (100g), surówka z marchewki (60g)	Budyń z sokiem malinowym, biszkopty
	Alergeny: seler, mleko i jego pochodne	*Alergeny: mleko i jego pochodne,*	*Alergeny: mleko i jego pochodne, jajo, gluten*

CZWARTEK 05.11	
ŚNIADANIE	
MENU STANDARD	Koktajl mocy - zmiksowany banan, garść borówek, jogurt naturalny oraz 2 łyżki płatków owsianych; wek, masło, szynka z indyka, rzodkiewka
	Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Koktajl mocy - zmiksowany banan, garść borówek, jogurt wegańskioraz 2 łyżki płatków owsianych; wek, masło roślinne, szynka z indyka, rzodkiewka
	Alergeny: gluten
D. WEGAŃSKA	Koktajl mocy - zmiksowany banan, garść borówek, jogurt wegańskioraz 2 łyżki płatków owsianych; wek, masło roślinne, rzodkiewka
	Alergeny: gluten,
D. WEGETARIAŃSKA	Koktajl mocy - zmiksowany banan, garść borówek, jogurt naturalny oraz 2 łyżki płatków owsianych; wek, masło, rzodkiewka
	Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne,

OBIAD/ PODWIECZOREK			
	ZUPA (250 ml)	**II DANIE:**	**PODWIECZOREK**
MENU STANDARD	Krem z dyni na jarskim wywarze z pestkami dyni	Warzywne klopsiki w sosie pomidorowym na śmietanie wegańskiej (80g+60g), ziemniaki (100g), fasolka szparagowa na parze (60g)	Domowa szarlotka z cynamonem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, seler,*	*Alergeny: jajo, gluten, mleko i jego pochodne*
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Krem z dyni na jarskim wywarze z pestkami dyni	Warzywne klopsiki w sosie pomidorowym na śmietanie wegańskiej (80g+60g), ziemniaki (100g), fasolka szparagowa na parze (60g)	Jabłko zapiekane z cynamonem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, seler,*	*Alergeny:*
D. WEGAŃSKA	Krem z dyni na jarskim wywarze z pestkami dyni	Warzywne klopsiki w sosie pomidorowym na śmietanie wegańskiej (80g+60g), ziemniaki (100g), fasolka szparagowa na parze (60g)	Jabłko zapiekane z cynamonem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, seler,*	*Alergeny:*
D. WEGETARIAŃSKA	Krem z dyni na jarskim wywarze z pestkami dyni	Warzywne klopsiki w sosie pomidorowym na śmietanie wegańskiej (80g+60g), ziemniaki (100g), fasolka szparagowa na parze (60g)	Domowa szarlotka z cynamonem
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, seler,*	*Alergeny: jajo, gluten, mleko i jego pochodne*

PIĄTEK 06.11	
ŚNIADANIE	
MENU STANDARD	Chleb pełnoziarnisty, krem ze śliwek a`la nutella, kakao
	Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Chleb pełnoziarnisty, krem ze śliwek a`la nutella,, kakao na mleku roślinnym
	Alergeny: gluten
D. WEGAŃSKA	Chleb pełnoziarnisty, krem ze śliwek a`la nutella,, kakao na mleku roślinnym
	Alergeny: gluten
D. WEGETARIAŃSKA	Chleb pełnoziarnisty, krem ze śliwek a`la nutella,, kakao na mleku roślinnym
	Alergeny: gluten, mleko i jego pochodne

OBIAD/ PODWIECZOREK			
	ZUPA (250 ml)	**II DANIE:**	**PODWIECZOREK**
MENU STANDARD	Zupa jarzynowa z brokułami i ziemniakami	Fishburger z miruną, sałatą, pomidorem i sosem jogurtowym	Banan
	Alergeny: seler,	*Alergeny: ryba, gluten, jajo, mleko i jego pochodne, sezam*	*Alergeny:*
D. INDYWIDUALNA (bezmleczna/ bezjajeczna/ bez przypraw/ bez orzechów)	Zupa jarzynowa z brokułami i ziemniakami	Fishburger z miruną soute, sałatą, pomidorem i sosem jogurtowym na jogurcie wegańskim	Banan
	Alergeny: seler,	*Alergeny: ryba, gluten, sezam*	*Alergeny:*
D. WEGAŃSKA	Zupa jarzynowa z brokułami i ziemniakami na jarskim wywarze	Burger z falafelem, sałatą, pomidorem i sosem jogurtowym na jogurcie wegańskim	Banan
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gluten, sezam*	*Alergeny:*
D. WEGETARIAŃSKA	Zupa jarzynowa z brokułami i ziemniakami na jarskim wywarze	Burger z falafelem, sałatą, pomidorem i sosem jogurtowym na jogurcie wegańskim	Banan
	Alergeny: seler,	*Alergeny: gorczyca, gluten*	*Alergeny:*