

1. Co dziecko je na śniadanie w domu ? Proszę wymienić jakie zupy mleczne lubi, z czym je kanapkę. Proszę wymienić dwa przykłady.

Liczba odpowiedzi: 46Odpowiedzi

Odpowiedzi

Płatki oraz kanapki

nie je zup mlecznych wogóle. Kanapki tylko z salami klasycznym, ewentualnie tosty

Tak, płatki z mlekiem (wszystkie możliwe, nawet musli i granola), tosty z serem

Kanapki z serem żółtym i duża ilością warzyw obok; płatki kukurydziane BEZ cukru na mleku, owsianka z rodzinkami, jajecznica i warzywa obok, twarożek

Jajecznica, kanapki z wędliną i ogórkiem zielonym, tosty, naleśniki z serem

Nie je zup mlecznych, na śniadanie zjada jajka w roznej postaci - na twardo, sadzone, na miękko, je kanapki z wędliną/żółtym serem/pasta warzywna

Kasza bulgur z mlekiem bez cukru

Dzieci jedzą owsiankę na słodko lub danie z wykorzystaniem jaj

owsianka z owocami, kanapki z serem i szynką, tosty, zapiekanki, placki, naleśniki z dżemem lub serem,

Owsianka, jajecznice, kanapka zazwyczaj z wędliną lub serem żółtym i jakimś warzywem, czasami płatki na mleku. Zup mlecznych raczej w domu nie gotujemy, bo są w przedszkolu i dziecko mówi, że je lubi

Kanapki z szynką lub białym serkiem do smarowania + warzywa np papryka, ogórek; Placki z jabłkiem; Twarożek

Kaszke i serek Danio

omlet, różne kaszki z jagodami i owocami, kanapki z twarogiem lub masłem i warzywami, naleśniki

Płatki kukurydziane, kuleczki czekoladowe o obniżonej zawartości cukru, wędliną, ser żółty, serek kanapkowy almette

Kanapki - chleb razowy, żytni, z ziarnami, z pastą z cieciorki i suszonych pomidorów, lub pasta z soczewicy i masła orzechowego, lub pasta z cieciorki i marchewki z przyprawą papryka wędzona, (takie różne kombinacje zblendowane zawsze wejdą chętnie), Naleśniki z dżemem domowym, Woda do popicia obowiązkowo

jajecznice, kanapki z szynką/serkiem śmietankowym + warzywo, tosty z serem, parówki, płatki (miodowe) z mlekiem

Odpowiedzi

Tost z serem i szynką lub papryką, serniki ze śmietaną

Na śniadanie je naleśniki, racuszki, czasami kulki czekoladowe

Dziewczynki bardzo lubią owsiankę z dodatkami (najczęściej truskawki, suszone morele, siemię lniane, banan), płatki jaglane na mleku z gruszką, cynamonem i suszonymi morelami, pasta z wędzonego łososia na gorąco ze szczypiorkiem i serkiem śmietankowym, pasty jajeczne, jajka na twardo, kanapka z łososiem, naleśniki z dżemem

naleśniki z serem, jogurt z granolą, serek wiejski, owsiankę. Kanapki z szynką bez konserwantów, kanapki z serkiem naturalnym.

Zup mlecznych nie je z racji alergii na mleko, a mleka roślinnego nie lubi. Kanapka - pieczywo jasne bez masła z wędliną i ogórkiem świeżym/pomidorem.

Owsianka z owocami, kaszka manna z sokiem owocowym, jajka na twardo, naleśniki, omlet z dżemem

Lubi w domu wszystkie zupy mleczne. Za kanapkami w domu nie przepada, nie lubi pieczywa i jada okazjonalnie.

Kasze/płatki różnego rodzaju na mleku, kanapka z serkiem ze szczypiorkiem, pasta jajeczna, warzywa pomidory, ogórek, papryka

kasza manna, jajecznicza, kanapki z jajkiem, twarogiem, salami i szynką plus czarne oliwki,

1. Jajecznicza z boczkiem i cebulką z bułeczka z masłem i ogórkiem świeżym 2. Owsiane płatki lub corn flakes z bakaliami (żurawiną suszona, orzechy nerkowca, śliwki, rodzyнки) i mlekiem 3.Naleśniki z dżemem i serkiem rolmlecz 4. placki z jabłkami 5. Kanapki z dżemem i masłem

Płatki na mleku, kasza manna na mleku, kanapka z serem żółtym, kanapka z dżemem lub z miodem, parówka na ciepło

Kanapki z wędliną,jajecznicza,kanapki z twarogiem,parówki,jajko na twardo.

Piję kakao, nic nie je, bardzo często przychodzi 6:30/7:00

kasza manna, płatki z mlekiem, serek homogenizowany, jajecznicza, kanapka z masłem i wędliną lub żółtym serem, z ogórkiem(kiszonym lub zielonym), pomidor

Płatki kukurydziane z mlekiem, parówki bądź jajecznicza

Placuszki serowo owsiane lub z jabłkiem, bananem, Mleko owsiane /kakao, kanapki z serkiem naturalnym/śmietankowym np. Almette, Twój Smak, papryka, pomidor, ogórek, jajecznicza, lubi ciemne pieczywo, grahamki, zapiekanki, naleśniki, jajecznicza

Płatki owsiane na mleku kanapeczki z białym serkiem i miodem

Odpowiedzi

Owsianka/płatki ryżowe/jaglonej na mleku z owocami, omlet cesarski, kanapka z pastą jajeczną, jajkiem na twardo,

kanapki, płatki na mleku, kaszę

Owsianka, jaglana, zupa mleczna z płatkami

Płatki granoa z mlekiem, kanapka z makrela w sosie pomidorowym lub z szynką.parowki, jajka na miękko

Płatki kukurydziane, kanapka z szynka i ogórkiem

Płatki owsiane na wodzie albo mleku owsianym z rozniecionym bananem, posypane naturalnym kakao, ewentualnie kanapka z chudą wędliną i jajkiem na twardo

Jogurt owocowy, jajecznicza, tosty z serem, kanapka z masłem i szynką

Kanapka z wędliną plus ogórek i papryka

mleko z płatkami czekoladowymi; kanapki z pieczonym schabem i dużą ilością warzyw; placki bananowe z chia; musli z mlekiem/jogurtem owocowym; serek okrągły babybell

Kasza gryczana z jogurtem, omlet

Owsianka na wodzie z banany i miodem, kanapka z salami

Owsianka na mleku lub jogurcie naturalnym z owocami, płatki kukurydziane na mleku. Kanapki-wędlina drobiowa, ser żółty, dżem.

2. Co dostaje dziecko jako przekąskę po śniadaniu?

Liczba odpowiedzi: **44**Odpowiedzi

Odpowiedzi

Owoca

banan, mandarynka, gruszka

Ciastko z nasionami chia, herbatniki, chrupki kukurydziane, jabłko, banan, mys owocowy, jogurt pitny

Owoc, suszone owoce, jogurt naturalny itp

Owoce

Jabłko

Odpowiedzi

jogurt z granolą, owoce, drożdżówkę

Zazwyczaj owoc albo warzywo. Wszystko zależy od zjedzonego śniadania

Owoce

Nie

owoce, ciasteczka zbożowe, jogurt, galaretka, kefir

Banan, jabłko, winogrona, borówki, paluszki serowe

Nic, pije wodę, a po 3 godzinach od śniadania jest drugie śniadanie - najczęściej pełny talerz zupy np. - pomidorowa z ryżem, krupnik, lub serek truskawkowy Rolmlecz z corn flakes lub owoce banan, jabłko, mandarynka, winogrona, borówki plus orzeszki ziemne,

wszelkiego rodzaju owoce, placki bananowe, serek, bułkę słodką

1 wybrany przez niego cukierek

Owoce, kanapka z serem, szynka i warzywami

Sezonowe owoce, Actimel do picia, czasem suszone owoce

orzechy nerkowca, jabłko, bułkę mleczną, drożdżówkę, banana

Jogurt, owoc, chałka, kabanosy

Owoce, talerz warzyw typu papryka, ogórek kiszony, czarne oliwki

Owoce, orzechy, papryka, ogórek, marchewka, kalarepa, jogurt naturalny,

Owoce lub warzywa różnego rodzaju

jogurt, serek, mus w tubce, jabłko, banan, truskawki, borówki, winogrona

Mus z jogurtu jabłka i banana + 3 owoc np gruszka / mango z łyżką miodu jeśli za wytrawne, jabłko pokrojone, bakalie (bardzo lubi Śliwki i orzechy nerkowca)

Mus owocowy, banan lub jabłko

Świeże owoce, suszone owoce, koktajl.

Jogurt, owoc, herbatniki

owoce, jogurt,

Kanapka mleczna, jogurt

Odpowiedzi

Je wszystkie owoce, nie lubi avocado. Babeczki serowe, muffinki marchewkowe, pizzerii z brokuła którego nie widać bo placek przykryty jest serem i ketchupem

Ugniecione avocado z banankiem

Koktajl banan+inny owoc+maślanka, jogurt fruvita bez cukru, kisiel z owoców bez cukru,
tak

Owoce

Owoce, jogurt

Owoce

Orzechy nerkowce ewentualnie w mieseczce ziarna słonecznika i dyni do chrupania

Owoce, słupki z warzyw i np humus

Jabłko

owoce; muffinkę; kawałek czekolady; jogurt owocowy; musli z mlekiem; ciastka/ciasto domowe

Owoce: pomarańcz, jabłko, borówki, mandarynki, arbuz

Owoc, kabanosy, kanapki, jogurty

Świeże owoce, warzywa, placuszki np bananowe na jogurcie, jogurt naturalny z owocami

3. Co dziecko dostaje na obiad (zupa)? Proszę wymienić kilka zup.

Liczba odpowiedzi: 45Odpowiedzi

Odpowiedzi

Ogorkowa ,pomidorowa , krupnik

pomidorowa, rosół, krupnik, ogórkowa

Ogórkowa, rosół, jarzynowa, pomidorowa, dyniowa

Wszystkie zupy, ale bez mięsa

Ogórkowa, barszcz czerwony, rosół, pomidorowa,

Odpowiedzi

Ogorkowa, rosół, barszcz czerwony, pomidorowa

Lubią wszystkie ,upy w których nie ma pietruszki i koperku może oprócz brokulowej

kalafiorowa, groszkowa, rosół, meksykańska

Rosół, pomidorowa, ogórkowa, buraczkowa. Moje dziecko jedynie nie przepada za kremami. Musi być po prostu wkładka w postaci warzyw.

Rosół, pomidorowa, ogórkowa

Nie

barszcz, zupa rybna, rosół

Pomidorowa, krupnik, zupy z grzankami

j.w. i inne - rosół z makaronem, brokułowa, buraczkowa, gotowane na kurcze lub indyku z wieloma warzywami, chętnie zblendowane

rosół, pomidorowa, ogórkowa, krupnik

Zupa(mięso, ziemniaki, marchew,cebula ,makaron lub ryż) i może tam jeszcze być rozbite jajko

Zupa z ziemniakami i kurczakiem, ogólnie nie bardzo przepada za zupą

U nas popularnością cieszy się rosół, pomidorowa, jarzynowa (kalafior, groszek, fasola w sezonie, koperek), buraczkowa, pieczarkowa, szczawiowa, grochówka - moje dzieci bardzo lubią zupy, jedyne co, średnio jedzą np. w stylu meksykańskim

pomidorowa z makaronem, rosół z makaronem, kalafiorowa z ziemniaczkami, warzywna z ziemniaczkami

zupa - rosół, pomidorowa, krupnik, ogórkowa, barszcz czerwony

Rosół, pomidorowa, zacierkowa, jarzynowa

Rosół, barszcz czerwony, kalafiorowa, ogórkowa, pomidorowa, zupy jarzynowe, kremowe

Rosół, zupa pomidorowa, grochowa, jarzynowa

rosół, ogórkowa, pomidorowa,

Zwykle je danie drugie a jeśli zupy to : pomidorowa, ogórkowa, rosół

Pomidorowa, rosół, zupy krem z groszkiem ptysiowym lub z grzankami

Rosół,pomidorowa,kremy z warzyw z grzankami,ogórkowa.

Odpowiedzi

Pomidorowa, rosół

rosół, pomidorowa, jarzynowa,

Pomidorowa, Żurek, ogórkowa

Rosół, pomidorowa chętnie z ryżem. Chętnie pije zakwas z buraków ale nie chce zjeść barszczu czerwonego, zupy najchętniej z ryżem , makaronem lub kaszą np bulgur bez ziemniaków, zupy krem z grzankami/groszkiem ptysiowym/bułką czosnkową-uwielbia

Pomidorowa ogórkowa rosółek kapuśniak

Rosół, pomidorówka, ogórkowa, krupnik, zupy kremy

rosółek, pomidorowa, warzywna

Rosół, pomidorowa, barszcz biały

Pomidorowa, rosół, ogorkowa

Rosół, pomidorowa, brokulowa,

Wszystkie zupy - najczęściej rosol, pomidorowa, czerwony barszczyk, warzywna

Rosół, jarzynowa, leczo.

Pomidorowa, rosół, ogórkowa, krupnik, tajska

pomidorowa z ryżem; krupnik z mięsem; rosół; jarzynowa; kalafiorowa (każda bez widocznej cebuli)

Rosół, pomidorowa, marchewkowa, pazibrodówka, pejzanka

Rosół, pomidorowa

Rosół, pomidorowa z ryżem/makaronem, krupnik, zacierkowa

4. Co dziecko dostaje na drugie danie? Proszę wymienić co najmniej dwa przykłady.

Liczba odpowiedzi: 45Odpowiedzi

Odpowiedzi

Na drugie danie jest przewaznie miesko

Odpowiedzi

pałki z kurczaka pieczone, ryba panierowana, kotlet schabowy z piersi kurczaka

Pulpety w sosie z ziemniakami, gołąbki, kurczak lub indyk w panierce z ryżem i ogórek kiszony, schab w sosie własnym z ziemniakami i surówką, spaghetti

Ryby, ziemniaki, duża ilość surówki, makaron z sosem warzywowym, kotlety sojowe, drób, kasze

Naleśniki z serem, udka pieczone, pierogi z serem, kotlety, spaghetti

Pieczony kurczak z gotowanymi warzywami, lub salotka, ryba pieczona z warzywami, plus ziemniaki lub jakas kasza

Kanapki lub owoc

kotlety z piersi kurczaka/kotlety mielone + ziemniaki+buraczki / filet z pstrąga tęczowego z kaszą kus kus + surówka z jabłka i marchewki

Mięso gotowane/pieczone/smażone. Raczej tradycyjne obiady do tego ryż/kasza/ziemniaki i jakieś warzywa. Tradycyjnie. Moje dziecko nie jest zbyt wybredne.

Makaron z pesto i kurczakiem, gulasz z indyka z warzywami i kaszą pęczak, Dorsz lub Mintaj, ziemniaki lub ryż., surówka z marchwi i jabłka, Pieczony kurczak + ziemniaki + buraczki lub brokuł

Pulpety, spaghetti, kotlety z kalfiora, piers z kurczaka . Dodatek ziemniaki, brokuł na parze, makaron

owoce, serniki, kompot z suszonych owoców

Kotlet schabowy, mielony, pulpety, ziemniaczki tłuczone z masłem, buraczki, spaghetti, makaron ze szpinakiem

po 3h od zupy jest obiad - sos warzywny np marchew, cebula, szpinak w śmietance, podane z makaronem, pierogi, kopytka, mięso - podudzia kurczaka z ziemniakami i ogórkiem, czasem domowa pizza z pieczarkami, kukurydzą, pomidorami i szynką

makaron z różnymi sosami (pomidorowym, z mascarpone) + mięsko (mielone, kurczak), ziemniaki+mięso+mizeria, spaghetti, naleśniki z serem,

Yogurt lub owoce

Kotlet, mięso duszone

Numer 1 spaghetti bolognese ze świeżą bazylią i mozzarellą, Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym, pulpeciki z indyka w sosie pomidorowym, pieczony pstrąg z brokułami i pomidorami, minikotleciki z dorsza, schab w sosie węgierskim, w sezonie również np. potrawka z kurczaka z dynią, marchewką i pomidorem.

Odpowiedzi

ziemniaczki z piersią z kurczaka, ziemniaczki z pulpetami, ziemniaczki z białą rybą, makaron z cukinią i piersią z indyka

ziemniaki/kasza bulgur/ + kotlet z piersi/sos mięsny, kopytka, naleśniki z dżemem, pierogi z owocami/serem/mięsem, spaghetti

Kotlet schabowy, kotlet mielony, spaghetti, kurczak pieczony

Lubi schabowego z ziemniakami i buraczkami, naleśniki, makarony, surówki -większość próbuje i zjada

Ziemniaki, ryż lub kaszę (gryczana, jaglana, orkiszowa), kotlet schabowy, z piersi kurczaka, mielony, ryba łosoś/pstrąg tęczowy, warzywa gotowane na parze (brokuły, kalafior, fasola szparagowa, groszek)

kotlet mielony lub z piersi kurczaka, lasagne lub spaghetti bolognese, udka pieczone, pulpety w sosie pomidorowym

Kotlet z piersi kurczaka w panierce z ziemniakami z masłem (bez natki i koperku) i surówka z marchewki i jabłka lub kiszony ogórek , makaron w sosie mięsny z miękkim mięsem gulaszowym i surówka z jabłka i marchewki lub kiszony ogórek

Gulasz z kaszą gryczaną, spaghetti, ziemniaki z rybą smażoną

Kotlet mielony z ziemniakami/kasza jęczmienna,kotlet schabowy z ziemniakami,potrąka z kurczaka,ogórki świeże,pomidory,marchewka z groszkiem,kurczak pieczony z ziemniakami/ryżem

Kanapka z dżemem, parówki z wody, jogurt

pieczone lub duszone mięso (drób, wieprzowina), pieczona ryba, ziemniaki, brokuł, kalafior, marchewka, surówka z kiszonej kapusty, pieczarki duszone, kiszony ogórek, ziemniaki, risotto, makaron np ze ze szpinakiem, z sosem bolonese

Spaghetti, kotlet mielony, schabowy

Spaghetti ale bez mięsa, kotlety typu schabowe np. piersi indyka, pierogi z serem, zapiekanki, ogórki kiszone, salaty z papryki, pomidora, ogórka, sałaty lodowej/kapusty pekińskiej

Buraczki ziemniaczki kotlecik mielony

Kotlety z kurczaka/indyka, spaghetti, pulpety, ryba filet w panierce pieczona, wrap z kurczakiem, pomidorem, ogórkiem i sosem jogurtowym, kotlet jajeczny,

kotlety razem z ryżem, ziemniaki

Makaron z sosem pomidorowym, kotlet z piersi kurczaka, cwiartka z kurczaka pieczona,

Kotlet z piersi z kurczaka z ziemniaki i buraczkami, kotlet mielony lub paluszki rybne, spaghetti

Odpowiedzi

Zapiekanka makaronowa z kurczakiem, mielone z ziemniakami, carbonara, bolognese

Jogurt naturalny z bananem i kakao, ewentualnie z domowym dżemem niesłodzonym, koktajl do picia (zmiksowane owoce leśne, banan, płatki owsiane i mleko)

Spaghetti bolognese, makaron muszelki z serem, kasza gryczana z cebulą i koltleciki

Spaghetti, mielone, schabowe, hamburgery, gołąbki, pyzy

pizza z boczkiem i kukurydzą; kotlet schabowy; ryba (najchętniej w panierce); spaghetti z sosem mięsnym (pomidorowym); ziemniaki; frytki; marchewka z groszkiem; warzywa na parze polane masłem z bułką tartą

Kotlet mielony, kurczak pieczony, naleśniki z dżemem, ziemniaki, ryż, kaszę, papryka pomidor Ogórek, kluski, szpinak baby

Kotlet mielony z indyka, schabowy z indyka/Kurczaka, spaghetti

Makaron z mięsem np z kurczakiem albo z mięsem mielonym (spaghetti), kotlecik mielony, ziemniak, pomidory, mizeria, ryba z kapustą kiszoną

5. Co dostaje dziecko na podwieczorek?

Liczba odpowiedzi: 43Odpowiedzi

Odpowiedzi

Serek

jogurt do picia gratka lub wyciskany, banan, jogurt fantasja

Placuszki jogurtowe, naleśniki, gofry, chlebek bananowy

Zupa, tost, lub to co na śniadanie, parówki dobrej jakości.

Warzywa i owoce pokrojone

Zupa mleczna, kanapki, pieczony batat z hummusem, kanapki z twarogiem i miodem, kisiel, zapiekanka, owsianka

Nie jadamy

chlebek bananowy, kisiel, budyń, owoce

Owoc, coś na słodko. Zależnie od tego jak dziecko zjadło obiad.

Odpowiedzi

Serek typu Skyr, domowe wypieki: muffinka, ciasto, chałka z masłem

Wedle potrzeby i wyrażonej ochoty

przeciery warzywne, ryby, kasza gryczana lub jaglana, makarony, klopsiki, naleśniki

po 3h od drugiego dania jest kolacja - najczęściej coś gotowane na mleku - płatki owsiane, orkiszowe, jęczmienne, kasza manna, kasza kukurydziana, zawsze z dodatkiem suszonych owoców gotowanych razem np. suszona śliwka, rodzynki, morele, żurawina.

Kotlet z kurczaka, frytki, makaron, kanapka

Jogurty, kanapki

Nie zawsze mamy w domu podwieczorek. Najczęściej dzieci dostają owoc, czasem do warzywo do pochrupania lub jogurt.

muffiny bananowe, racuchy, ciastka owsiane, placuszki warzywne, risotto warzywne

owoce - jabłka/banan/winogrono/gruszka

Przekąski mięsne typu kabanosy, salami, kiełbasa chuda, chude wędliny; krojone warzywa

Marchewka, kalarepa, naleśnik, gofry z sera białego, warzywne, jogurt naturalny (nie lubi słodkich), zupa mleczna (jeżeli na śniadanie nie miał lub ma ochotę), jajo na twardo, naleśnik, zależy od tego co jadł i robił danego dnia i jakie mamy plany na wieczór czy idziemy na basen danego dnia.

Owoce lub warzywa różnego rodzaju

pizza, zapiekanki, naleśniki, placki z jabłkami, domowe ciasta z owocami

owoc np banan, jabłko, kabanos z kurczaka

Budyń, serek homogenizowany, kabanosy, naleśniki z dżemem

Naleśniki, kanapki, placki bananowe, jogurty, pasta typu humus, kasza manna, owoce, warzywa

Ciasteczka, owoce

budyn, kisiel, placki bananowe

Banan, budyń, kisiel

Naleśniki z domowa nutella ze śliwek i kakao lub serem i malinami, placki owsiane, sałatka owocowa, jogurt naturalny, czasem kozi plus czekoladowe wiórki/płatki lub owocami, serek waniliowy z krówka

Placki bananowe

Odpowiedzi

Placki bez cukru słodzone bananem, naleśniki z dżemem bez cukru, babeczki, budyń

owoc- banana, mus jablko czasem coś słodkiego

Owoc, kisiel, budyń,

Budyń, chałka z dżemem, kisiel,

Jajo

Jajko we wszystkich postaciach, kanapkę z masłem orzechowym, gotowana marchewka, brokuł albo kalafior (syn nie je żadnym owoców ale te warzywa uwielbia)

Jogurt, słupki z warzyw z humusem lub serkiem typu Bieluch

Owoce, musy owocowe, drożdżówki

placki; naleśniki z serem; kanapki z pieczonym schabem i dużo warzyw; parówki z ketchupem; musli z mlekiem

Januszko pieczone, ryż z jabłkiem, owoce i warzywa

Kanapki, owoce, kabanosy, jogurty

Kanapki, tosty, chałkę z masłem i mlekiem albo kakao, domowa pizza, herbatka owocowa lub z miodem i cytryną

6. Czy braliście Państwo udział we Wszechnicy Edukacyjnej pt "Psychodietetyka w przełamywaniu trudności żywieniowych u dzieci i młodzieży", która odbyła się 8 stycznia 2024 roku?

[Więcej szczegółów](#)



7. Czy jesteście Państwo zainteresowani zorganizowaniem takiego wykładu w naszym przedszkolu?

[Więcej szczegółów](#)

[Szczegółowe informacje](#)

● Tak	31
● Nie	4
● Nie mam zdania	11



8. W jakiej formie miałyby odbyć się wykład/ szkolenie?

[Więcej szczegółów](#)

[Szczegółowe informacje](#)

● stacjonarnie	11
● on-line	21
● bez różnicy	7
● Nie jestem zainteresowana/y	7

