

## JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu (NPT, NPTII) w dniach od 13.10.2025 do 24.10.2025

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
13.10.2025 Poniedziałek	Chleb z masłem, jajecznica na maśle, pomidor <b>Alergeny 1,3,7</b>	Banan	Barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami. Makaron z jabłkiem. Kompot śliwkowy <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Jogurt naturalny z orzechem włoskim i daktylem
14.10.2025 Wtorek	Chleb graham z masłem, dżemem brzoskwiniowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi <b>Alergeny 1,3,7</b>	Gruszka w kawałkach	Zupa krem z grochu łuszczonego, grzanki z chleba graham Gulasz wieprzowy, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty. Kompot z czarnej porzeczki <b>Alergeny 1,7,9</b>	Kisiel owocowy ciastka
15.10.2025 Środa	Chleb graham, parówki z szynki, plasterki pomidora	Jabłko w kawałkach	Zupa pomidorowa z ryżem. Pierogi ruskie z masłem. Kompot jabłkowy <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Ptasie mleczko z galaretki owocowej
16.10.2025 Czwartek	Chleb mieszany z masłem, serem żółtym, pomidor, rzodkiewka	Banan z jogurtem i daktylem	Zupa kalafiorowa z makaronem ryżowym i śmietaną. Sznycle wieprzowe, ziemniaki, marchew duszona z masłem. Kompot wieloowocowy.	Koktajl maślankowy z truskawką
17.10.2025 Piątek	Gofry z pełnoziarnistej mąki z dżemem zupa mleczna z płatkami owsianymi	Jogurt naturalny z owocami i ziarnami	Zupa ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i śmietaną, Zapiekanka ziemniaczana z jajkiem, kiełbasą, pieczarkami z sosem chrzanowym.	Mini kanapeczki z pastą z tuńczyka
20.10.2025 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem i powidłem/dżemem jagodowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi <b>Alergeny 1,3,7</b>	Banan	Zupa pieczarkowa z drobnym makaronem, warzywami i zieloną pietruszką. Filet z indyka w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty. kompot <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Jogurt naturalny z daktylem i sezamem <b>Alergeny 7,11</b>
21.10.2025 Wtorek	Chleb mieszany, parówki z szynki, pomidorki, herbata z cytryną i miodem <b>Alergeny 1,3,7</b>	Jabłko	Barszcz ukraiński z wołowiną, ziemniakami i koperkiem. Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym. Kompot wieloowocowy <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Kisiel owocowy biszkopty
22.10.2025 Środa	Chleb z masłem, serem białym, pomidorem, papryką czerwoną, rzodkiewką. <b>Alergeny 1,7</b>	Jogurt naturalny z orzechem włoskim i miodem <b>Alergeny 7,8</b>	Zupa kalafiorowa z ziemniakami, warzywami i zieloną pietruszką. Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym, kasza bulgur, surówka z marchwi i brzoskwiń. Kompot porzeczkowy. <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Ciasteczka maślane domowe
23.10.2025 Czwartek	Chleb z masłem, polędwicą sopocką, rzodkiewką i pomidorem. zupa mleczna z kaszą manną, herbata owocowa <b>Alergeny 1,7</b>	Mus owocowy	Zupa brokułowa z ziemniakami, śmietaną. Naleśniki z mąki pełnoziarnistej z musem jabłkowym. Kompot owocowy <b>Alergeny 1,3,7,9</b>	Budyń jaglany z kakao
24.10.2025 Piątek	Jajecznica z masłem, Zupa mleczna, herbata owocowa	Owoc sezonowy	Zupa krem z białych warzyw z kaszą jaglaną lub grzankami. Sznycel z ryby miruny, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych.	Gofry z dżemem