

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu (OREW) w dniach od 13.10.2025 do 24.10.2025

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
13.10.2025 Poniedziałek	Chleb z masłem, pastą z jajek i szczypiorkiem. Kawa biała	Banan	Barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami. Makaron z jabłkiem. Kompot śliwkowy Alergeny 1,3,7,9
14.10.2025 Wtorek	Chleb z masłem, dżemem brzoskwiniowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi, herbata z cytryną i miodem	Gruszka	Zupa z grochu łuszczonego na wędzące z makaronem i zieloną pietruszką. Gulasz wieprzowy, ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty. Kompot z czarnej porzeczki Alergeny 1,7,9
15.10.2025 Środa	Chleb mieszany z masłem, pasztet pieczony, Zupa mleczna z kaszą manną	Jabłko	Zupa pomidorowa z ryżem. Pierogi ruskie z masłem. Kompot jabłkowy
16.10.2025 Czwartek	Chleb z masłem, serem żółtym, rzodkiewka, pomidor	Banan z jogurtem i daktylem	Zupa kalafiorowa z makaronem ryżowym i śmietaną. Sznycle wieprzowe, ziemniaki, marchew duszona z masłem. Kompot wieloowocowy.
17.10.2025 Piątek	Chleb mieszany z masłem, pastą z ryby, zupa mleczna z płatkami owsianymi	Jogurt naturalny z owocem i ziarnem	Zupa ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i śmietaną, Zapiekanka ziemniaczana z jajkiem, kielbasą, pieczarkami z sosem chrzanowym.
20.10.2025 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem powidłem/dżemem jagodowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi, kawa biała Alergeny 1,3,7	Banan	Zupa pieczarkowa z drobnym makaronem, warzywami i zieloną pietruszką. Filet z indyka w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty. Alergeny 1,3,7,9
21.10.2025 Wtorek	Chleb z masłem, pasta z soczewicy, zupa mleczna lanymi kluskami, herbata z cytryną	Gruszka	Barszcz ukraiński z wołowiną, ziemniakami i koperkiem. Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym. Kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7
22.10.2025 Środa	Chleb mieszany z masłem, serem żółtym z pomidorem Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, kakao	Jogurt naturalny z orzechem włoskim	Zupa kalafiorowa z ziemniakami, warzywami i zieloną pietruszką. Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym, kasza bulgur, surówka z marchwi i brzoskwiń. Kompot porzeczkowy. Alergeny 1,3,7,9
23.10.2025 Czwartek	Chleb z masłem, wędliną polędwicą i rzodkiewką Zupa mleczna z kaszą manną.	Mus owocowy	Zupa brokułowa z ziemniakami, warzywami, mięsem i koperkiem. Naleśniki z musem jabłkowym. Kompot owocowy Alergeny 1,3,7,9
24.10.2025 Piątek	Chleb mieszany z masłem, twaróg ze szczypiorkiem, rzodkiewką i pomidorem.	owoce sezonowe	Zupa krem z białych warzyw z kluskami lanymi z mąki kukurydzianej. Sznycel z ryby miruny, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych.