

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu OREW w dniach od 02.03.2026 do 13.03.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
02.03.2026 Poniedziałek	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem, chleb mieszany z masłem, zupa mleczna z kaszą manną, herbata z cytryną Alergeny 1,3,7,10	Banan	Zupa jarzynowa z ziemniakami, zieloną pietruszką, mięsem i śmietaną Risotto warzywne z sosem pomidorowym; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
03.03.2026 Wtorek	Chleb mieszany z masłem, serem żółtym i pomidorem, zupa mleczna z płatkami owsianymi, kakao Alergeny 1,3,7	Jabłko	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną lub pęczak z ziemniakami i koperkiem, Zrazy wieprzowe z sosem musztardowym, ziemniaki i buraczki; kompot z czarnej porzeczki Alergeny 1,3,7,9
04.03.2026 Środa	Chleb mieszany z masłem, polędwicą sopocką i pomidorem Zupa mleczna z płatkami jaglanymi, herbata z cytryną Alergeny 1,3,7	Jogurt naturalny z owocem i biszkoptami Alergeny 1,7,3	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami, mięsem, śmietaną i zieloną pietruszką, Kopytka leniwe z masłem, surówką z marchewki; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
05.03.2026 Czwartek	Chleb mieszany z masłem i dżemem, zupa mleczna z kluskami lanymi, herbata owocowa Alergeny 1,3,7,9	Gruszka	Rosół drobiowy z makaronem, włoszczyzną i zieloną pietruszką Pulpety drobiowe z sosem jarzynowym, ziemniakami i surówką z kapusty kiszzonej; kompot z czarnej porzeczki Alergeny 1,3,7,9
06.03.2022 Piątek	Chleb mieszany z masłem, pastą z makreli w pomidorach i szczypiorkiem, zupa mleczna z płatkami owsianymi, herbata z cytryną Alergeny 1,3,4,9	Jogurt naturalny z daktylem Alergeny 7,3	Zalewajka z jajkiem i kielbasą ze śmietaną i majerankiem, Łazanki z kapustą i makaronem razowym; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7
09.03.2026 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem i dżemem truskawkowym, zupa mleczna z kaszą manną, kawa biała Alergeny 1,7	Banan	Zupa królewska z ziemniakami, pietruszką i śmietaną, Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo-mięsny; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
10.03.2026 Wtorek	Chleb mieszany z masłem z pastą z soczewicy i suszonych pomidorów, zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, herbata owocowa Alergeny 1,3,7,9	Jogurt naturalny z ziarnami dyni, orzechami i owocami sezonowymi Alergeny 7,8	Zupa krupnik z warzywami, mięsem, zieloną pietruszką z kaszą jęczmienną lub pęczak, Kluski śląskie z sosem pieczarkowym; kompot z czarnej porzeczki Alergeny 1,3,7
11.03.2026 Środa	Chleb mieszany z masłem, serem żółtym z pomidorem Zupa mleczna z płatkami jaglanymi, herbata owocowa Alergeny 1,7,10	Gruszka/śliwka	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką Pieczeń rzymska, ziemniaki, buraczki; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
12.03.2026 Czwartek	Chleb mieszany z masłem z pastą z wędliny i rzodkiewką Zupa mleczna z lanymi kluskami lanymi, herbata owocowa Alergeny 1,7,10	Jogurt naturalny z dodatkiem słonecznika i owocem sezonowym Alergeny 7	Zupa ogórkowa z mięsem, ziemniakami, śmietaną i koperkiem Ryż z koktajlem truskawkowym; kompot wieloowocowy Alergeny 1,7,9
13.03.2023 Piątek	Chleb mieszany z masłem, twarogiem, rzodkiewką i szczypiorkiem, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, kawa biała Alergeny 1,7,10	Jabłka i owoce sezonowe	Zupa kalafiorowa z warzywami, ryżem i zielonym koperkiem Pulpety z ryby miruny w sosie koperkowym, ziemniaki, ogórek kiszony, kompot z czarnej porzeczki Alergeny 1,3,7,10

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu OREW w dniach od 16.03.2026 do 27.03.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
16.03.2026 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
17.03.2026 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
18.03.2026 Środa	Chleb mieszany z masłem, pasztet pieczony, Zupa mleczna z kaszą manną	Jabłko	Zupa pomidorowa z ryżem. Pierogi ruskie z masłem. Kompot jabłkowy
19.03.2026 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.
20.03.2026 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.
23.03.2026 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
24.03.2026 Wtorek	Chleb z masłem, parówki z szynki, 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
25.03.2026 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
26.03.2026 Czwartek	Chleb z masłem, wędliną 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
27.03.2026 Piątek	Chleb mieszany z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, rzodkiewką i pomidorem.	owoce sezonowe	Zupa krem z białych warzyw z polentą z kaszy kukurydzianej. Sznycel z ryby miruny, ziemniaki, surówka z ogórków kiszonych.