

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu OREW w dniach od 06.07.2026 do 17.07.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
06.07.2026 Poniedziałek	Chleb z masłem, pastą z jajek i szczypiorkiem i papryką czerwoną Kawa biała Alergeny 1,3,7	Banan	Barszcz czerwony z warzywami i ziemniakami. Makaron z jabłkiem. Kompot śliwkowy Alergeny 1,3,7,9
07.07.2026 Wtorek	Chleb z masłem, dżemem brzoskwiniowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi, herbata z cytryną i miodem Alergeny 1,3,7,	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
08.07.2026 Środa	Chleb mieszany z masłem, pasztet pieczony, ogórek kiszony Zupa mleczna z kaszą manną Alergeny 1,3,7,	Jabłko	Zupa pomidorowa z ryżem. Pierogi ruskie z masłem. Kompot jabłkowy Alergeny 1,3,7,9
09.07.2026 Czwartek	Chleb z masłem, serem żółtym, rzodkiewka, pomidor Alergeny 1,3,7,	Banan z jogurtem i daktylem Alergeny 3,7,	Zupa kalafiorowa z makaronem ryżowym i śmietaną. Sznycle wieprzowe, ziemniaki, marchew duszona z masłem. Kompot wieloowocowy. Alergeny 1,3,7,9
10.07.2026 Piątek	Chleb mieszany z masłem, pastą z ryby makreli w pomidorach, zupa mleczna z płatkami owsianymi Alergeny 1,3,7,	Jogurt naturalny z owocem i ziarnem Alergeny 7,9	Zupa ogórkowa z ryżem, włoszczyzną i śmietaną, Zapiekanka ziemniaczana z jajkiem, kiełbasą, pieczarkami z sosem chrzanowym. Alergeny 1,3,7,9
13.07.2026 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem powidłę/dżemem jagodowym, zupa mleczna z płatkami owsianymi, kawa biała Alergeny 1,3,7,4,	Banan	Zupa pieczarkowa z drobnym makaronem, warzywami i zieloną pietruszką. Filet z indyka w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty. Alergeny 1,3,7,9
14.07.2026 Wtorek	Chleb z masłem, soczewica/humus, zupa mleczna z lanymi kluskami, herbata z cytryną Alergeny 1,3,7,	Gruszka	Barszcz ukraiński z wołowiną, ziemniakami i koperkiem. Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem białym. Kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9,
15.07.2026 Środa	Chleb mieszany z masłem, serem żółtym z pomidorem Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi, kakao Alergeny 1,7,	Jogurt naturalny z orzechem włoskim Alergeny ,7,8,	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
16.07.2026 Czwartek	Chleb z masłem, wędliną i rzodkiewką Zupa mleczna z kaszą manną. Alergeny 1,3,7,	Mus owocowy	Zupa brokułowa z ziemniakami, warzywami, mięsem i koperkiem. Naleśniki z musem jabłkowym. Kompot owocowy Alergeny 1,3,7,9
17.07.2026 Piątek	Chleb mieszany z masłem, twarożek ze szczypiorkiem, papryką czerwoną, rzodkiewką i pomidorem. Alergeny 1,7,	owoce sezonowe	Zupa krem z białych warzyw z polentą z kaszy kukurydzianej. Sznycel z ryby miruny, ziemniaki, mizeria. Alergeny 1,3,4,7,9