

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu OREW w dniach od 20.07.2026 do 31.07.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
20.07.2026 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
21.07.2026 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
22.07.2026 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
23.07.2026 Czwartek	Chleb mieszany z masłem i dżemem truskawkowym, 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
24.07.2026 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 kiełbasą ze śmietaną i majerankiem, Ryż z truskawkowym koktajlem, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
27.07.2026 Poniedziałek	Chleb mieszany z masłem i dżemem truskawkowym, zupa mleczna z kaszą manną, kawa biała Alergeny 1,3,7	Banan	Zupa królewska z ziemniakami, pietruszką i śmietaną, Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo-mięsny; kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
28.07.2026 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 1,3,7,9
29.07.2026 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
30.07.2026 Czwartek	Chleb mieszany z masłem z pastą z wędliny i rzodkiewką Zupa mleczna z lanymi kluskami lanymi, herbata owocowa Alergeny 1,3, 7,10	Jogurt naturalny z dodatkiem słonecznika i owocem sezonowym Alergeny 7	Zupa ogórkowa z mięsem, ziemniakami, śmietaną i koperkiem Łazanki z kapustą z makaronem razowym, kompot wieloowocowy Alergeny 1,3,7,9
31.07.2023 Piątek	Chleb mieszany z masłem, twarogiem, rzodkiewką i szczypiorkiem, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi, kawa biała Alergeny 1,7,	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 1,3,4,7,10