

JADŁOSPIS DEKADOWY

dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu (OREW) w dniach od 31.08.2026 do 11.09.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
31.08.2026 Poniedziałek	Dżem wieloowocowy bez cukru 100% owoców , chleb wieloziarnisty, pomidor, papryka, rzodkiewka. Herbata ziołowa. Owsianka z owocami Alergeny 7,1	Bananowy mus z orzechami Alergeny 8	Zupa jarzynowa z ciecierzycą z ziemniakami. Risotto warzywne z sosem pomidorowym z soczewicą. Woda z cytryną Alergeny 1,7,9
01.09.2026 Wtorek	Chleb orkiszowy z masłem i serem żółtym, pomidorem, papryką i rzodkiewką. Płatki ryżowe z bananem Kawa zbożowa Alergeny 1,7	Jabłka w kawałkach, mieszanka orzechów do chrupania Alergeny 8	Zupa krupnik z warzywami i ziemniakami. Pulpety wieprzowe z ziemniakami i sosem chrzanowym. Buraki gotowane. Woda z miętą Alergeny 1,3,9
02.09.2026 Środa	Chleb graham z humusem z ciecierzycy ogórkiem kiszonym, papryką pomidorem i szczypiorkiem. Kasza manna na mleku. Herbata rumiankowa Alergeny 1,	Jogurt naturalny z owocami i pestkami dyni Alergeny 7	Zupa pomidorowa z brązowym ryżem i czerwoną soczewicą. Kluski z dodatkiem sera białego z sosem truskawkowym. Kompot owocowy Alergeny 1,3,7,9
03.09.2026 Czwartek	Chleb wieloziarnisty, pasta jajeczna ze szczypiorkiem Owsianka z owocem. (borówki, jabłko, banan). Lane kluski na mleku (mąka pełnoziarnista) Kakao. Herbata ziołowa Alergeny 1,7,	Owoc sezonowy gruszka, śliwka. Mieszanka orzechów i słonecznika Alergeny 8	Rosół z makaronem. Pulpety drobiowe z sosem warzywno-paprykowym. Ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z jabłkiem. Woda z cytryną Alergeny 1,3,9
04.09.2026 Piątek	Chleb graham. Pasta z sera białego, papryką, ogórkiem, pomidorem. Owsianka z daktylami. Hrbata ziołowa Alergeny 1,7	Arbuz	Zalewajka z ziemniakami i jajkami. Pulpety z ryby mintaj w sosie brokułowym . Ryż brązowy, ogórek kiszony. Kompot Alergeny 1,7
07.09.2026 Poniedziałek	Chleb graham z dżemem. Owsianka z owocami, warzywa do chrupania. Herbata ziołowa Alergeny 1	Koktajl bananowy z orzechami włoskimi Alergeny 7	Zupa krem jarzynowa z prażoną ciecierzycą. Makaron pełnoziarnisty z sosem pomidorowo – mięsnym. Woda z cytryną Alergeny 1,9
08.09.2026 Wtorek	Chleb orkiszowy. Wędlina drobiowa, pomidor, papryka i rzodkiewka, ogórek świeży. Zupa mleczna z płatkami ryżowymi. Herbata z cytryną Alergeny 1,7	Nektarynka, jabłko	Zupa ogórkowa na bulionie warzywnym z ziemniakami. Łazanki z kapustą smażoną na oleju rzepakowym (makaron pełnoziarnisty). Kompot Alergeny 1,7,9
09.09.2026 Środa	Chleb graham z soczewicą. Owsianka z owocami. Herbata owocowa Alergeny 1,7	Mieszanka orzechów. Brzoskwinie, morele Alergeny 8	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami. Pieczeń rzymska z ciecierzycy z ziemniakami, sałatka z buraka. Kompot owocowy Alergeny 1,7,9
10.09.2026 Czwartek	Chleb wieloziarnisty z masłem, ser żółty (pomidor, rzodkiewka, ogórek). Lane kluski z mąki pełnoziarnistej. Herbata z cytryną Alergeny 1,7	Jogurt naturalny z daktylem i sosem bananowym Alergeny 7	Zupa krupnik wywarem warzywnym kaszą jęczmienną z koperkiem. Kluski śląskie z sosem pieczarkowym. Woda z miętą Alergeny 1,7,9
11.09.2026 Piątek	Chleb graham z masłem, twarożkiem z rzodkiewką i szczypiorkiem. Kasza manna Kawa biała Alergeny 1,7	Jogurt naturalny z sosem truskawkowym Alergeny 7	Zupa warzywno – kalafiorowa z brązowym ryżem. Ryba po grecku z morskczuka w sosie pomidorowo – warzywno – paprykowym. Ziemniaki ogórek kiszony. Woda z cytryną Alergeny 4,7,9