JADŁOSPIS DEKADOWY dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu (OREW) w dniach od 09.11.2026 do 20.11.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
09.11.2026 Poniedziałek	Chleb wieloziarnisty z pastą z jajek z zestawem warzyw zupa mleczna z kaszą manną(papryka pomidor rzodkiewka, ogórek) kakao. **Alergeny 1,3,7**	Banan	Barszcz czerwony na wywarze warzywnym z ziemniakami. Makaron pełnoziarnisty z musem jabłkowym. Kompot śliwkowy **Alergeny 1,3,7,9**
10.11.2026 Wtorek	Chleb graham z serem żółtym ,papryką czerwoną, pomidorem zupa mleczna z płatkami orkiszowymi kawa biała. **Alergeny 1,7**	Mus owocowy	Zupa jarzynowa z kaszą kuskus . Gołąbki z sosem pomidorowym z ziemniakami; kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,7,9**
11.11.2026 Środa			
12.11.2026 Czwartek	Chleb orkiszowy z masłem i dżemem brzoskwiniowym zupa mleczna z kluskami lanymi, herbata owocowa **Alergeny 1,3,7,**	Gruszka w kawałkach	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym. Pieczeń rzymska, ziemniaki, sałatka z buraczków kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,7,9**
13.11.2026 Piątek	Chleb wieloziarnisty z twarożkiem szczypiorkiem rzodkiewką i ogórkiem, zupa mleczna z płatkami owsianymi i owocami, kawa zbożowa. **Alergeny 1,7**	Jogurt naturalny z daktylem **Alergeny 7**	Barszcz biały z ziemniakami i jajkiem. Pulpety z ryby (mintaj)w sosie paprykowym z ziemniakami surówka z kapusty kiszonej ; kompot wieloowocowy **Alergeny 1,3,4,7**
16.11.2026 Poniedziałek	Chleb pełnoziarnisty z masłem i dżemem truskawkowym, zupa mleczna z kaszą manną, kawa biała . **Alergeny 1,7**	Banan	Zupa barszcz ukraiński z ziemniakami z drobnym grochem, na wywarze z warzywnym. Filet z kurczaka w sosie własnym, ziemniaki\kasza bulgur , surówka z kapusty kiszonej. kompot wieloowocowy **Alergeny 1,7,9**
17.11.2026 Wtorek	Chleb orkiszowy z masłem serem żółtym, zestaw warzyw (pomidor, ogórek ,papryka) owsianka z owocami , kakao **Alergeny 1,7**	Jogurt naturalny orzechami i owocami sezonowymi **Alergeny7,8**	Zupa krupnik na wywarze warzywnym, Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem, serem białym kompot z czarnej porzeczki. **Alergeny 1,3,7,9**
18.11.2026 Środa	Chleb pełnoziarnisty z masłem, pasta z fasoli czerwonej, zupa mleczna z płatkami jaglanymi, owocami, herbata owocowa **Alergeny 1,7**	Gruszka/śliwka	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami. Kotleciki z buraka z sosem brokułowym , surówka z ogórka kiszonego. Woda z pomarańczą i cytryną. **Alergeny 1,7,9**
19.11.2026 Czwartek	Chleb graham z wędliną drobiową, rzodkiewką, zupa mleczna z lanymi kluskami lanymi, herbata ziołowa **Alergeny 1,7,**	Mus owocowy, orzechy. **Alergeny 8**	Zupa brokułowa z ziemniakami, zieloną soczewicą. Naleśniki z mąki pełnoziarnistej z musem jabłkowym; kompot wieloowocowy **Alergeny 1,3,7,9**
20.11.2026 Piątek	Chleb orkiszowy, twarożkiem, rzodkiewką i szczypiorkiem, mleko z płatkami ryżowymi, kawa biała **Alergeny 1,7**	Jabłka i owoce sezonowe	Zupa kalafiorowa z ryżem i brązowym. Ryba morszczuk po grecku(sos warzywny), ziemniaki, surówka z kapusty, kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,4,7,9**