JADŁOSPIS DEKADOWYdla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu (OREW) w dniach od 12.10.2026 do 23.10.2026

DATA	I ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD
12.10.2026 Poniedziałek	Chleb wieloziarnisty z pastą z jajek z zestawem warzyw zupa mleczna z kaszą mann(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**
13.10.2026 Wtorek	Chleb graham z serem żółtym ,papryką czerwoną, pomidorem zupa mleczna z płatkami orkiszowymi kawa biała. **Alergeny 1,7**	Mus owocowy	Zupa krem z grochu łuszczonego z makaronem pełnoziarnistym. Pieczeń rzymska ziemniaki surówka z czerwonej kapusty; kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,7,9**
14.10.2026 Środa	Chleb pełnoziarnisty z pastą z groszku zielonego, pomidorem, papryką zupa mleczna z płatkami jaglanymi, herbata ziołowa **Alergeny 1,7**	Jabłko, marchew w kawałkach.	Zupa pomidorowa z kaszą kuskus. Gulasz z ciecierzycy ziemniaki surówka z buraka; kompot wieloowocowy **Alergeny 1,7,9**
15.10.2026 Czwartek	Chleb orkiszowy z wędliną drobiową zestaw warzyw, zupa mleczna z kluskami lanymi, herbata owocowa **Alergeny 1,3,7,**	Gruszka w kawałkach	Zupa ogórkowa z ziemniakami na wywarze warzywnym Pierogi ruskie marchew; kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,7,9**
16.10.2026 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 7,3**	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**
19.10.2026 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 1,3,7,9**
20.10.2026 Wtorek	Chleb orkiszowy z pastą z fasoli czerwonej ,pomidor, owsianka z owocami ,herbata rumiankowa **Alergeny 1,7**	Jogurt naturalny z ziarnami dyni, orzechami i owocami sezonowymi **Alergeny 7,8**	Zupa krupnik na wywarze warzywnym, Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem, serem białym kompot z czarnej porzeczki. **Alergeny 1,3,7,9**
21.10.2026 Środa	Chleb pełnoziarnisty z masłem, dżemem brzoskwiniowym, 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 marchewki. Woda z pomarańczą i cytryną.**Alergeny 1,3,7,9**
22.10.2026 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**
23.10.2026 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. Rybamorszczuk po grecku(sos warzywny), ziemniaki, ogórek kiszony, kompot z czarnej porzeczki **Alergeny 1,3,7,10**