

## JADŁOSPIS DEKADOWY

**dla podopiecznych PSONI Koło w Mielcu w dniach od 02.10.2023 do 13.10.2023**

| DATA                       | I ŚNIADANIE   | II ŚNIADANIE  | OBIAD  | PODWIECZOREK                                    |
|----------------------------|---|---|--|---|
| 02.10.2023<br>poniedziałek | Chleb z masłem, jajkiem i szczypiorkiem<br>Zupa mleczna z kaszą manną<br>Kawa biała<br><b>Alergeny 1,3,7</b>                        | Banan   | Zupa jarzynowa z ziemniakami i mięsem<br>Risotto warzywne z sosem pomidorowym<br>Kompot wieloowocowy<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>  | Chrupki kukurydziane<br>Kisiel                  |
| 03.10.2023<br>wtorek       | Chleb z masłem, serem żółtym i pomidorem<br>Zupa mleczna z płatkami wsianymi<br>Herbata z miodem i cytryną<br><b>Alergeny 1,3,7</b> | Jabłko  | Zupa z kaszą jaglaną i zieloną pietruszką<br>Zrazy wieprzowe z sosem musztardowym, ziemniaki i buraczki<br>Kompot z czarnej porzeczki<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>                   | Jogurt naturalny z bananem<br><b>Alergeny 7</b> |
| 04.10.2023<br>środa        | Chleb z masłem, polędwicą sopocką i pomidorem<br>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi<br>Herbata owocowa<br><b>Alergeny 1,3,7</b>      | Jogurt naturalny z ziarnami słonecznika             | Zupa pomidorowa z ryżem, mięsem i zieloną pietruszką<br>Kopytka leniwe z masłem, surówką z marchwi<br>Kompot z jabłkiem<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>                                 | Galaretką owocową z owocami sezonowymi          |
| 05.10.2023<br>czwartek     | Chleb z masłem, dżemem<br>Zupa mleczna z lanymi kluskami<br>Kakao   | Gruszka   | Rosół wołowy z ziemniakami i zieloną pietruszką<br>Mięso Hachee z jarzynami, kasza bulgur, surówka z kapusty kiszzonej<br>Kompot wieloowocowy<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>           | Ciasteczka domowe                               |
| 06.10.2023<br>piątek       | Chleb z masłem z pastą z makreli<br>Płatki jęczmienne z mlekiem<br><b>Alergeny 1,3,4,9</b>  | Jogurt naturalny z bananem<br><b>Alergeny 1,3,2</b> | Zalewajka z kiełbasą, ziemniakami<br>Łazanki z kapustą<br>Kompot z czarnej porzeczki<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>  | Kisiel<br>Biszkopty<br><b>Alergeny 1,3</b>      |
| 09.10.2023<br>poniedziałek | Chleb z masłem, powidłem<br>Zupa mleczna z kaszą manną<br>Kawa biała<br><b>Alergeny 1,7</b>   | Gruszka   | Zupa królewska z ziemniakami<br>Makaron a'la spaghetti z mięsem wieprzowym<br>Kompot wieloowocowy<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>   | Jogurt z bananem<br><b>Alergeny 7</b>           |
| 10.10.2023<br>wtorek       | Chleb z masłem z pastą z soczewicy i suszonych pomidorów<br>Zupa mleczna z płatkami owsianymi<br>Kakao<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>   | Jabłko  | Zupa z kaszą kukurydzianą, jarzynami, mięsem, zieloną pietruszką<br>Kopytka z sosem pieczarkowym<br>Kompot jabłkowy<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>                                     | Rogaliki domowe<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>      |
| 11.10.2023<br>środa        | Chleb z masłem, serem żółtym z pomidorem<br>Zupa mleczna z kaszą manną<br>Herbata owocowa   | Banan   | Zupa pomidorowa z makaronem i zieloną pietruszką<br>Pieczeń rzymska, ziemniaki, buraczki<br>Kompot z czarnej porzeczki<br><b>Alergeny 1,3,7,9</b>                                  | Galaretką z owocami sezonowymi                  |
| 12.10.2023<br>czwartek     | Chleb z masłem z pastą z wędliny i rzodkiewką<br>Zupa mleczna z lanymi kluskami<br>Kawa biała<br><b>Alergeny 1,7,10</b>             | Jogurt ze słonecznikiem<br><b>Alergeny 7</b>        | Zupa ogórkowa z mięsem, ziemniakami i zieloną pietruszką<br>Ryż z koktajlem truskawkowym<br>Kompot wieloowocowy<br><b>Alergeny 1,7,9</b>   | Jabłko  |
| 13.10.2023<br>piątek       | Chleb z masłem, twarogiem i szczypiorkiem<br>Zupa mleczna z płatkami jaglanymi<br><b>Alergeny 1,7,10</b>                            | Mus owocowy   | Zupa kalafiorowa z jarzynami, ryżem i zielonym koperkiem<br>Pulpety z ryby w sosie koperkowym, ziemniaki, ogórek kiszony<br>Kompot z czarnej porzeczki<br><b>Alergeny 1,3,7,10</b> | Chrupki<br>Owoce sezonowe                       |