



Jadłospis dekadowy dla dzieci od 1-3 r.ż. (03.08.2026-14.08.2026)

03.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie: Chleb foremkowy(1), pasta z jajek z papryką i zieleciną(3,7), kawa zbożowa(1,7).

II śniadanie: Sok z mandarynek-własny wyrób/woda źródłana

Obiad: Zupa brokułowa z mięsem, ziemniakami i natką pietruszki(9,7), ryż na mleku z musem jagodowym(7), kompot.

Podwieczorek: Smothie marchewkowo-truskawkowo-jabłkowe, pałeczka kukurydziana.

04.08.2026 (wtorek)

Śniadanie: Chleb z kielkami pszenicy(1), ser mozzarella z awokado i czosnkiem(7), zupa mleczna z makaronem(1,3,7).

II śniadanie: Gruszka

Obiad: Zupa ziemniaczana z majerankiem(9,7), pulpety drobiowe w sosie dyniowym(1,3,7),
kasza gryczana, sałatka z ogórków kiszonych, kompot.

Podwieczorek: Mufinki warzywne(1,3,6,7,9,10), mleko(7).

05.08.2026 (środa)

Śniadanie: Chleb graham(1), masło(7), schab wędzony, sałata zielona, pomidor, kakao(1,6,7).

II śniadanie: Arbuz

Obiad: Zupa ogórkowa z mięsem, kaszą bulgur i koperkiem(1,9,7), kopytka(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Wek(1), sałatka z łososia pieczonego z jajkiem i szczypiorkiem(3,4,7), herbata ziołowa.

06.08.2026 (czwartek)

Śniadanie: Wek(1), masło(7), powidło śliwkowe, zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(5,7,8).

II śniadanie: Sok z pomarańczy-własny wyrób

Obiad: Zupa grysikowa z natką pietruszki(1,9), gulasz wołowy(1,7), ziemniaki,
buraczki zasmażane(7), kompot.

Podwieczorek: Maślanka owocowo-warzywna(marchew, brzoskwinia, banan)(7), krążek zbożowy(1).

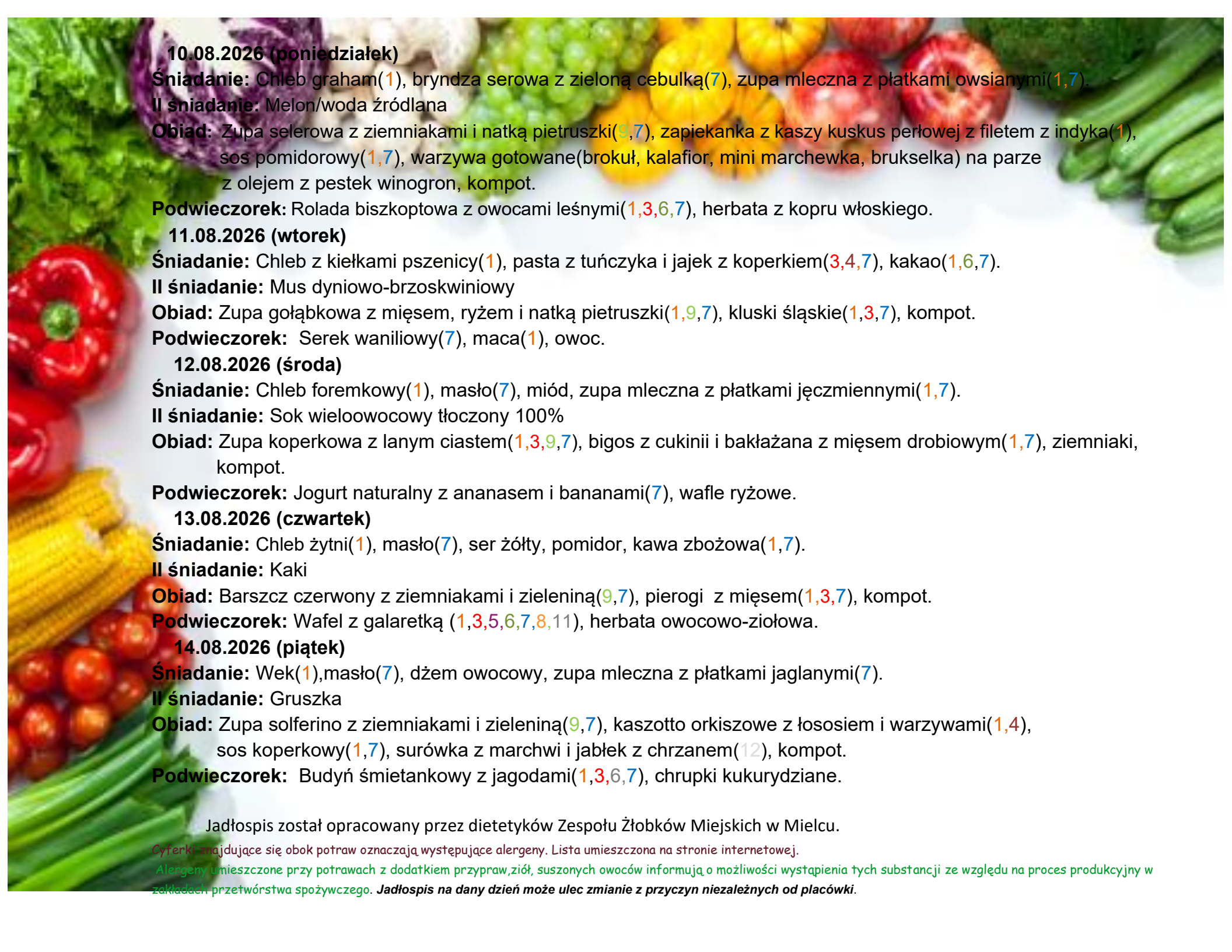
07.08.2026 (piątek)

Śniadanie: Chleb żytni(1), masło(7), jajko(3), rzodkiewka, szczypiorek, kawa zbożowa(1,7).

II śniadanie: Banan

Obiad: Zupa z polędwiczek z dorsza z ziemniakami, passatą pomidorową i koperkiem(4,9,7),
makaron z jabłkami i cynamonem(1,3,6,7,9,10), kompot.

Podwieczorek: Kaszka zbożowo-owocowa na mleku modyfikowanym(1,6,7).



10.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie: Chleb graham(1), bryndza serowa z zieloną cebulką(7), zupa mleczna z płatkami owsianymi(1,7).

II śniadanie: Melon/woda źródlana

Obiad: Zupa selerowa z ziemniakami i natką pietruszki(9,7), zapiekanka z kaszy kuskus perłowej z filetem z indyka(1), sos pomidorowy(1,7), warzywa gotowane(brokuł, kalafior, mini marchewka, brukselka) na parze z olejem z pestek winogron, kompot.

Podwieczorek: Rolada biszkoptowa z owocami leśnymi(1,3,6,7), herbata z kopru włoskiego.

11.08.2026 (wtorek)

Śniadanie: Chleb z kielkami pszenicy(1), pasta z tuńczyka i jajek z koperkiem(3,4,7), kakao(1,6,7).

II śniadanie: Mus dyniowo-brzoskwiniowy

Obiad: Zupa gołąbkowa z mięsem, ryżem i natką pietruszki(1,9,7), kluski śląskie(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Serek waniliowy(7), maca(1), owoc.

12.08.2026 (środa)

Śniadanie: Chleb foremkowy(1), masło(7), miód, zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi(1,7).

II śniadanie: Sok wieloowocowy tłoczony 100%

Obiad: Zupa koperkowa z lanym ciastem(1,3,9,7), bigos z cukinii i bakłażana z mięsem drobiowym(1,7), ziemniaki, kompot.

Podwieczorek: Jogurt naturalny z ananasem i bananami(7), wafle ryżowe.

13.08.2026 (czwartek)

Śniadanie: Chleb żytni(1), masło(7), ser żółty, pomidor, kawa zbożowa(1,7).

II śniadanie: Kaki

Obiad: Barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną(9,7), pierogi z mięsem(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Wafel z galaretką (1,3,5,6,7,8,11), herbata owocowo-zielona.

14.08.2026 (piątek)

Śniadanie: Wek(1), masło(7), dżem owocowy, zupa mleczna z płatkami jaglanymi(7).

II śniadanie: Gruszka

Obiad: Zupa solferino z ziemniakami i zieleniną(9,7), kaszotto orkiszowe z łososiem i warzywami(1,4), sos koperkowy(1,7), surówka z marchwi i jabłek z chrzanem(12), kompot.

Podwieczorek: Budyń śmietankowy z jagodami(1,3,6,7), chrupki kukurydziane.

Jadłospis został opracowany przez dietetyków Zespołu Żłobków Miejskich w Mielcu.

Cyferki znajdujące się obok potraw oznaczają występujące alergeny. Lista umieszczona na stronie internetowej.

Alergeny umieszczone przy potrawach z dodatkiem przypraw, ziół, suszonych owoców informują o możliwości wystąpienia tych substancji ze względu na proces produkcyjny w zakładach przetwórstwa spożywczego. Jadłospis na dany dzień może ulec zmianie z przyczyn niezależnych od placówki.