



Jadłospis dekadowy dla dzieci od 1-3 r.ż. (17.08.2026-28.08.2026)

17.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie: Chleb z kielkami pszenicy(1), masło(7), filet z indyka, ogórek kiszony, kakao(1,6,7).

II śniadanie: Melon/woda źródlana

Obiad: Zupa wiejska z ziemniakami i koperkiem(9,7), kluski leniwe(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Sałatka owocowo-warzywna z olejem z pestek winogron, maca(1).

18.08.2026 (wtorek)

Śniadanie: Wek(1), masło(7), konfitura z czarnej porzeczki, zupa mleczna z kaszą manną(1,7).

II śniadanie: Sok owocowy 100%

Obiad: Zupa neapolitańska z zacierką i bazylią(1,3,9,7), klopsiki ze schabu z sosem ziołowym(1,3,7), ziemniaki, surówka z czerwonej kapusty z olejem lnianym(10), kompot.

Podwieczorek: Koktajl truskawkowy(7), krążek zbożowy(1).

19.08.2026 (środa)

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

II śniadanie: Jabłko

Obiad: Zupa brukselkowa z ziemniakami i natką pietruszki(9,7), makaron z serem i musem brzoskwiowym(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Wek(1), pieczony łosoś(4), ogórek, koperek, herbata z cytryną.

20.08.2026 (czwartek)

Śniadanie: Chleb pszenny(1), masło(7), krem czekoladowy z awokado i bananów(1,6,7), zupa mleczna z płatkami ryżowymi(7).

II śniadanie: Gruszka

Obiad: Zupa porowa z ziemniakami i zieleniną(9,7), kasza gryczana z sosem mięsno-jarzynowym (1,7,9), surówka selerowa z marchewką(9,7), kompot.

Podwieczorek: Szarlotka z jabłkami i cynamonem(1,3,6,7,8,9,10,11), herbata miętowa.

21.08.2026 (piątek)

Śniadanie: Chleb graham(1), serek biały z koperkiem i czosnkiem(7), kakao(1,6,7).

II śniadanie: Banan

Obiad: Zupa rybna z kaszą bulgur i czarnuszką(1,4,9,7), kluseczki tulane ze szpinakiem(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Kaszka zbożowa na mleku modyfikowanym z owocami leśnymi(1,6,7).

24.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie: Chleb foremkowy(1), ser mozzarella z bazylią i oliwą z oliwek(7), zupa mleczna z płatkami żytnimi(1,7).

II śniadanie: Kaki/woda źródlana

Obiad: Zupa wielowarzywna z ziemniakami i majerankiem(1,6,7,9,10), gołąbki siekane z sosem pomidorowym(1,3,7), kom

Podwieczorek: Kisiel wiśniowy, pałeczka kukurydziana.

25.08.2026 (wtorek)

Śniadanie: Chleb z kielkami pszenicy(1), masło(7), makrela w pomidorach z zieloną cebulką(4), kawa zbożowa(1,7).

II śniadanie: Sok z klementynki(własny wyrób)

Obiad: Krupnik z kaszą jęczmienną i zieloną pietruszką(1,9,7), zapiekanka ziemniaczana z jajkiem i kielbasą(1,3,7), sos koperkowy(1,7), surówka z marchwi i jabłek ze śmietaną(7), kompot.

Podwieczorek: Maślanka bananowo-brzoskwiniowo-pomarańczowa(7).

26.08.2026 (środa)

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

II śniadanie: Gruszka

Obiad: Rosół drobiowy z makaronem i natką pietruszki(1,3,9,7), potrawka(1,9,7), ziemniaki, sałatka z buraków(7), kompot.

Podwieczorek: Bułeczki drożdżowe z serem i kruszonką(1,3,6,7), herbata owocowo-ziółowa.

27.08.2026 (czwartek)

Śniadanie: Chleb zwykły(1), barszcz biały z jajkiem i kielbasą(1,3,7).

II śniadanie: Banan

Obiad: Zupa z soczewicy z ziemniakami i natką pietruszki(9,7), naleśniki pszenne z serem i syropem klonowym(1,3,7), kompot.

Podwieczorek: Pieczone jabłko z miodem i cynamonem z polewą waniliową(1,3,6,7,9,10).

28.08.2026 (piątek)

Śniadanie: Chleb żytni(1), pasta z sera białego i awokado(7), kakao(1,6,7).

II śniadanie: Melon

Obiad: Zupa pomidorowa z ryżem i natką pietruszki(9,7), ryba w jarzynach(1,4,7,9), ziemniaki, sałatka z kalafiora i ogórka(7), kompot.

Podwieczorek: Biskopt orkiszowy z suszonymi morelami(1,3,5,6,7,8,11,12), herbata rumiankowa.

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.