

PRZEDSIĘBIORSTWO MARKETINGOWO – USŁUGOWE
„MANAGER – POL”
41-800 ZABRZE, PLAC WARSZAWSKI 5
„AMBASADOR RESORT”
DZIERŻNO, NA GROBLI 2
TEL: 508-135-083;
517-147-666; 506-174-870

JADŁOSPIS 03.04.2023 – 31.04.2023

DATA	MENU PODSTAWOWE	MENU WEGE
03.04.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: żurek** śląski na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami i jajkiem II DANIE: PIZZA z sosem pomidorowym, serem Mozarella* i szynką** i kiełbaską wieprzową**	ZUPA: żurek** śląski na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami i jajkiem II DANIE: PIZZA z sosem pomidorowym, serem mozzarella * i kukurydzą
04.04.2023 WTOREK	ZUPA: rosół drobiowo – jarzynowy*** z orientalną nutą i „makaronem” z ciasta naleśnikowego**/*****/ II DANIE: bitki wieprzowe w sosie mięsny, ziemniaki gotowane, ćwikła z delikatną nutą chrzanu	ZUPA: aromatyczny bulion jarzynowy*** z orientalną nutą i „makaronem” z ciasta naleśnikowego**/*****/ II DANIE: warzywa duszone w sosie własnym, ziemniaki gotowane, ćwikła z delikatną nutą chrzanu
05.04.2023 ŚRODA	ZUPA: jarzynowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z ryżem II DANIE: zapiekanka makaronowa** a la bolognese z mięsem mielonym wieprzowo – drobiowym, pomidorami Pellati i tartym żółtym serem*	ZUPA: jarzynowa na wywarze jarskim z ryżem II DANIE: zapiekanka makaronowa z aromatycznym sosem pomidorowym i tartym żółtym serem*
06.04.2023 CZWARTEK	DZIEŃ WOLNY	DZIEŃ WOLNY
07.04.2023 PIĄTEK	DZIEŃ WOLNY	DZIEŃ WOLNY
10.04.2023 PONIEDZIAŁEK	DZIEŃ WOLNY – PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY	DZIEŃ WOLNY – PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY
11.04.2023 WTOREK	DZIEŃ WOLNY	DZIEŃ WOLNY

12.04.2023 ŚRODA	ZUPA: krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną II DANIE: cheeseburger w bułce – z burgerem mięsnym, plastrem sera, ogórkiem kiszonym i sosem Tysiąca wysp	ZUPA: jarski krem z zielonych warzyw z kaszą jaglaną II DANIE: wege cheeseburger w bułce z sosem Tysiąca wysp i warzywami
13.04.2023 CZWARTEK	ZUPA: ogórkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami, zabieleną śmietaną II DANIE: gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna/gryczana, sałatka z warzyw kiszonych z olejem z winogron	ZUPA: ogórkowa na wywarze jarskim *** z ziemniakami II DANIE: ragout warzywne, kasza jęczmienna/gryczana, sałatka z warzyw kiszonych z olejem z winogron
14.04.2023 PIĄTEK	ZUPA: pomidorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ryżem II DANIE: kotlety rybne ze szpinakiem, ziemniaczki opiekane, sos majonezowy, surówka ze świeżej marchewki	ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym*** z ryżem II DANIE: cukinia grillowana, ziemniaczki opiekane, sos majonezowy, surówka ze świeżej marchewki
17.04.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: mięsna gulaszowa na wywarze warzywnym*** z lanymi kluseczkami II DANIE: makaron z białym serem, masłem, cukrem i kleksem owocowym	ZUPA: paprykowa na wywarze jarskim z lanymi kluseczkami II DANIE: makaron ze szpinakiem i pomidorkami
18.04.2023 WTOREK	ZUPA: ryżowa na wywarze drobiowo – jarzynowym II DANIE: kurczak duszony w sosie pomidorowym, ziemniaki purre, świeże warzywa pod sosem z oliwy z oliwek	ZUPA: ryżowa na wywarze jarskim II DANIE: duszona cukinia w sosie pomidorowym, ziemniaki purre, świeże warzywa pod sosem z oliwy z oliwek
19.04.2023 ŚRODA	ZUPA: delikatny kapuśniak na wywarze drobiowo - jarzynowym z ziemniakami II DANIE: lasagne bolognese z mięsem mielonym drobiowo – wieprzowym (70%/30%)	ZUPA: delikatny kapuśniak na wywarze jarskim z ziemniakami II DANIE: wegetariańska lasagne al'pomodoro
20.04.2023 CZWARTEK	ZUPA: biało – czerwony krem warzywny z grzankami ziołowymi II DANIE: kurczę pieczone, sos własny, kluski śląskie, kapusta czerwona gotowana	ZUPA: jarski biało – czerwony krem warzywny z grzankami ziołowymi II DANIE: kluski śląskie w sosie warzywnym, duszone pieczarki, kapusta czerwona gotowana
21.04.2023 PIĄTEK	ZUPA: barszcz czerwony z ziemniakami, jarzynką i fasolą, zabieleny śmietaną*	ZUPA: barszcz czerwony z ziemniakami, jarzynką i fasolą II DANIE: panierowany kalafior, ziemniaki gotowane, surówka z

	II DANIE: filety rybne panierowane****/**/*****, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszanej z tartą marchewką, jabłkiem i cebulką z oliwą z oliwek	kapusty kiszanej z tartą marchewką, jabłkiem i cebulką. Z oliwą z oliwek
24.04.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: grochowa na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami i pieczoną kiełbaską** II DANIE: makaron** w sosie delikatnie serowym z pieczarkami i kurczakiem duszonym	ZUPA: grochowa na wywarze jarzynowym z ziemniakami i pieczonymi pieczarkami II DANIE: makaron** w sosie delikatnie serowym z pieczarkami z zieloną pietruszką
25.04.2023 WTOREK	ZUPA: rosół tradycyjny drobiowo – jarzynowy z makaronem** II DANIE: kotlet drobiowy **/*****, ziemniaki gotowane, marchewka z groszkiem na gęsto	ZUPA: bulion warzywny z makaronem** II DANIE: kotlet z pieczarek panierowanych **/*****, ziemniaki gotowane, marchewka z groszkiem na gęsto`
26.04.2023 ŚRODA	ZUPA: wiosenna jarzynowa na wywarze drobiowym II DANIE: pierogi z mięsem, okraszone smażoną cebulką	ZUPA: wiosenna jarzynowa na wywarze jarskim II DANIE: pierogi „ukraińskie”, okraszone smażoną cebulką
27.04.2023 CZWARTEK	ZUPA: koperkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym zabieleną śmietaną II DANIE: meksykańskie burrito chilli con carne z mięsem i warzywami	ZUPA: koperkowa na wywarze jarskim z dodatkiem zielonego koperku II DANIE: burrito wegetariańskie z warzywami
28.04.2023 PIĄTEK	ZUPA: pieczarkowa na wywarze jarzynowym*** z makaronem** II DANIE: kaski rybne smażone, frytki, sałatka ze świeżych warzyw	ZUPA: pieczarkowa na wywarze jarzynowym*** z makaronem** II DANIE: serki panierowane smażone, frytki, sałatka ze świeżych warzyw

Uwaga!!!

- do każdego obiadu dostarczamy również kompot owocowy, zrobiony na świeżo ze świeżych lub mrożonych owoców. Osoby chętne do korzystania z kompotu proszone są o posiadanie własnych kubeczków, do których będzie istniała możliwość nalania kompotu – dbajmy o środowisko i nie gromadźmy nadmiernie odpadów!
- nasze obiady gotowane są co dziennie ze świeżych, pełnowartościowych produktów
- nad kompozycją i przygotowaniem posiłków czuwa zespół profesjonalistów w zakresie żywienia, w tym, żywienia dzieci i młodzieży. Do tego wszystkie jadłospisy są sprawdzane przez dietetyka medycznego, który sprawuje pieczę nad prawidłową kompozycją posiłków oraz zapewnieniem w nich wszelkich potrzebnych składników. Gdyby zaistniała potrzeba dostarczania posiłków w oparciu o diety z zalecenia medycznego, prosimy o dostarczenie zaświadczeń lekarskich ze wskazówkami do żywienia. W tym wypadku jadłospisy są

sporządzane w oparciu o jadłospis podstawowy lub wege bezpośrednio przez zatrudnioną w firmie dietetyczkę. W sytuacjach szczególnych może zaistnieć potrzeba indywidualnego skalkulowania danej diety.

- gramatura:

ZUPA – 300 – 400 ml

Mięso/ ryba – 120 g

Ziemniaki / ryż/ kasza – 180 g

Makaron jako dodatek do II dania – 160 g

Surówka/sałatka – 100-120g

Danie jednogarnkowe – 300-400g

Pewne propozycje menu mogą być podane nie na wagę lecz na sztuki, których ilość wynikać będzie z wielkości jednostkowych części dania i kaloryczności całego posiłku.

Podobnie jak podane widełki gramaturowe poszczególnych części obiadu związane są z całościową kalorycznością dania.

- kaloryczność całego obiadu: - 600 - 800 kcal

ALERGENY:

* - białko krowie

** - gluten

*** - seler

**** - ryby

***** - jajko kurze

***** - soja

***** - gorczyca

***** - sezam

Powyższe alergeny pojawiają się w naszych potrawach najczęściej, i pojawiły się w w/w jadłospisie.