

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

Rest N-21

SZKOŁA Z CHARAKTEREM

JADŁOSPIS 09'2023

DATA	MENU PODSTAWOWE	MENU WEGE
04.09.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: zupa ogórkowa na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami, zabelana śmietaną* II DANIE: makaron**/***** z kurczakiem i brokułami	ZUPA: zupa ogórkowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami, zabelana śmietaną* II DANIE: makaron**/***** z białym serem*, masłem* i cukrem cynamonowym
05.09.2023 WTOREK	ZUPA: rosół tradycyjny drobiowo – jarzynowy*** z makaronem**/*****, marchewką i zieloną pietruszką II DANIE: kurczę pieczone, ziemniaki gotowane, kapusta gotowana	ZUPA: bulion jarzynowy** z makaronem**/*****, marchewką i zieloną pietruszką II DANIE: grillowana cukinia faszerowana pieczarkami z serem feta, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty z oliwą z oliwek
06.09.2023 ŚRODA	ZUPA: zupa jarzynowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: ryż z warzywami, kotleciki z indyka	ZUPA: zupa jarzynowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: ryż z warzywami, smażone pieczarki
07.09.2023 CZWARTEK	ZUPA: koperkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami i świeżymi ziołami, zabelana śmietaną* II DANIE: pierogi** z mięsem własnej produkcji okraszone cebulką, surówka ze świeżych warzyw	ZUPA: koperkowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami i świeżymi ziołami, zabelana śmietaną* II DANIE:

		Pierogi „ukraińskie” własnej produkcji okraszone cebulką, surówka ze świeżych warzyw
08.09.2023 PIĄTEK	ZUPA: pomidorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z drobnym makaronem**/*****, II DANIE: filet rybny**** smażony, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i zieloną pietruszką	ZUPA: pomidorowa w wersji wegan z drobnym makaronem**/*****, II DANIE: nuggetsy serowe*/**, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z jabłkiem i zieloną pietruszką
11.09.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: krupnik** z kaszy jęczmiennej** na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: makaron**/***** z kurczakiem i szpinakiem w śmietanie*	ZUPA: krupnik z kaszy jęczmiennej** na wywarze jarskim z ziemniakami II DANIE: makaron**/***** ze szpinakiem w śmietanie
12.09.2023 WTOREK	ZUPA: rosół domowy drobiowo – jarzynowy z lanym ciastem**/*****, zieloną pietruszką i świeżą kolendrą II DANIE: pieczeń ze schabu w sosie własnym, kluski białe*****, surówka Coleslaw*	ZUPA: bulion warzywny*** z lanym ciastem, zieloną pietruszką i świeżą kolendrą II DANIE: pieczeń jarska warzywna*****, ** w sosie pieczarkowym, kluski białe, surówka Coleslaw
13.09.2023 ŚRODA	ZUPA: krem z cukinii z prażonymi ziarnami i grzankami** ziołowymi II DANIE: PIZZA z serem i szynką	ZUPA: krem z cukinii z prażonymi ziarnami i grzankami **ziołowymi II DANIE: PIZZA z serem i pieczarkami
14.09.2023 CZWARTEK	ZUPA: barszczyk czerwony „Ukraiński” na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z jarzynką i ziemniakami, zabieleny śmietaną* II DANIE: gulasz wieprzowy, kasza jęczmienna / gryczana, surówka „dunajska” z mieszanych warzyw kiszonych z dodatkiem oliwy z oliwek	ZUPA: barszczyk czerwony „Ukraiński” na wywarze jarskim z jarzynką i ziemniakami II DANIE: warzywne ragout, kasza jęczmienna/gryczana, surówka z mieszanych warzyw kiszonych z dodatkiem oliwy z oliwek
15.09.2023 PIĄTEK	ZUPA: brokułowa na wywarze drobiowo – jarzynowym II DANIE: racuchy**/*/***** z jabłkami	ZUPA: brokułowa na wywarze jarskim II DANIE: placki***** z cukinii ze śmietanką*
18.09.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: żurek **na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami i pieczarkami II DANIE: ryż warzywny z marchewką i cukinią, kurczak w sosie curry	ZUPA: żurek** na wywarze jarskim z ziemniakami i pieczarkami II DANIE: ryż z jabłkami, masłem* i sosem jogurtowym*

19.09.2023 WTOREK	ZUPA: rosół drobiowo – jarzynowy*** z pierożkami tortellini** II DANIE: kurczak grillowany macerowany w zaprawie ziołowo – paprykowej, ziemniaki podpiekane, surówka ze świeżej kapusty pekińskiej z dodatkiem pomidorów i ogórków z sosem vinegrette na bazie oliwy z oliwek	ZUPA: bulion warzywny z pierożkami tortellini **ze szpinakiem II DANIE: zestaw warzyw grillowanych, ziemniaki podpiekane, surówka ze świeżej kapusty pekińskiej z dodatkiem pomidorów i ogórków z sosem vinegrette na bazie oliwy z oliwek
20.09.2023 ŚRODA	ZUPA: krem z pieczonego kalafiora na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziarnami słonecznika II DANIE: łazanki z mięsem, kielbasą, pieczarkami i kapustą kiszoną	ZUPA: krem z pieczonego kalafiora na wywarze jarskim ***z ziarnami słonecznika II DANIE: łazanki z kapustą, pieczarkami i podsmażanymi kosteczkami tofu
21.09.2023 CZWARTEK	ZUPA: ziemniaczano – porowa na wywarze jarzynowym z pieczoną kielbaską II DANIE: kotlet mielony tradycyjny**/*****, ziemniaki gotowane, marchewka duszona z groszkiem zielonym**	ZUPA: ziemniaczano – porowa na wywarze jarskim z pieczonymi pieczarkami II DANIE: kotlet warzywny**/*****, ziemniaki gotowane, marchewka duszona z groszkiem zielonym**
22.09.2023 PIĄTEK	ZUPA: pieczarkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z drobnym makaronem **/***** II DANIE: dorsz**** panierowany**/*, ziemniaczki pieczone z przyprawami, kalafior blanszowany z masłem* i tartą bułką **	ZUPA: pieczarkowa na wywarze jarzynowym*** z drobnym makaronem**/***** II DANIE: jajko***** sadzone, ziemniaki pieczone z przyprawami, kalafior blanszowany z masłem* i bułką tartą**
25.09.2023 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: delikatna zupa grochowa na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami i majerankiem II DANIE: spaghetti bolognese w sosie mięsno – pomidorowym z tartym żółtym serem*	ZUPA: delikatna zupa grochowa na wywarze jarskim z ziemniakami i majerankiem II DANIE: spaghetti w aromatycznym sosie pomidorowym ze świeżą bazylią i tartym żółtym serem*
26.09.2023 WTOREK	ZUPA: rosół drobiowo – jarzynowy ***z ryżem, marchewką i zieloną pietruszką II DANIE: pulpet mielony w sosie koperkowym, ziemniaki gotowane, buraczki czerwone gotowane	ZUPA: bulion warzywny*** z ryżem, marchewką i zieloną pietruszką II DANIE: kotlecik warzywny w sosie koperkowym, ziemniaki warzywne, buraczki czerwone gotowane

27.09.2023 ŚRODA	ZUPA: zupa jarzynowa na wywarze drobiowym z zieleniną II DANIE: hamburger z kotлетem mięsnym, sałatą zieloną, warzywami i sosem Tysiąca Wysp	ZUPA: jarska zupa jarzynowa z zieleniną II DANIE: hamburgerem z kotлетem warzywnym, sałatą zieloną, warzywami i sosem Tysiąca Wysp
28.09.2023 CZWARTEK	ZUPA: krem brokułowy na wywarze drobiowo – jarzynowym z grzanką** ziołową II DANIE: szaszłyki drobiowo – warzywne, kuleczki ziemniaczane, sos jogurtowo – ziołowy z delikatną nutą czosnku	ZUPA: jarski krem brokułowy z grzanką **ziołową II DANIE: szaszłyki warzywne, kuleczki ziemniaczane, sos jogurtowo – ziołowy
29.09.2023 PIĄTEK	ZUPA: zupa szpinakowa na wywarze jarzynowym*** z kaszą jaglaną II DANIE: „fish & chips”, ketchup, majonez, sałata lodowa	ZUPA: zupa szpinakowa na wywarze jarzynowym*** z kaszą jaglaną II DANIE: „cheese & chips”, ketchup, majonez, sałata lodowa

Uwaga!!!

- obiady pakowane są w pojemniki jednorazowe, zgrzewane termicznie. Każdy obiad jest opisany: imię i nazwisko, klasa.
- 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 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 posiłków:

ZUPA – 300 – 400 ml

Mięso/ ryba – 120 g

Ziemniaki / ryż/ kasza – 180 g

Makaron jako dodatek do II dania – 160 g