

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 04.03.2024 –29.03.2024

CHARAKTER

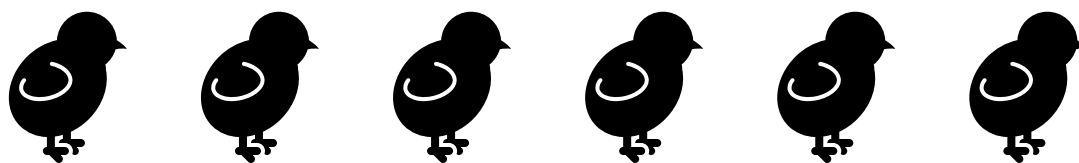
DATA	MENU PODSTAWOWE	MENU WEGE
04.03.2024 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: żurek ** na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami i pieczoną kiełbaską** II DANIE: makaron** z kurczakiem i pieczarkami w sosie śmietanowym*	ZUPA: żurek ** na wywarze jarzynowym z ziemniakami i pieczonymi pieczarkami II DANIE: makaron** z pieczarkami w sosie śmietanowym*
05.03.2024 WTOREK	ZUPA: rosół drobiowo – jarzynowym *** z ryżem II DANIE: kotlet mięsny mielony tradycyjny **/*****, ziemniaki gotowane , buraczki czerwone tarte	ZUPA: bulion jarzynowy z ryżem II DANIE: kotlet mielony warzywny**/*****, ziemniaki gotowane, buraczki czerwone tarte
06.03.2024 ŚRODA	ZUPA: z fasolki szparagowej na wywarze drobiowo – jarzynowym z jarzynką, grysikiem**i i koperkiem zielonym II DANIE: pierogi**/***** z mięsem, okraszone cebulką	ZUPA: z fasolki szparagowej na wywarze jarzynowym z jarzynką, grysikiem** i koperkiem zielonym, II DANIE: pierogi**/***** z ziemniakami i serem białym*, okraszone cebulką
07.03.2024 CZWARTEK	ZUPA: ziemniaczana na wywarze drobiowo – jarzynowym, z zieloną pietruszką II DANIE: kurczak duszony z warzywami w sosie własnym, ryż, surówka ze świeżą cukinią	ZUPA: ziemniaczana na wywarze jarskim z pieczarkami II DANIE: knedle z owocami i sosem jogurtowym*

<p>08.03.2024 PIĄTEK</p>	<p>ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym*** z zacierką**/***** , zabieleną śmietaną* II DANIE: filet rybny**** panierowany**/*****/* smażony, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem, marchewką i olejem z winogron</p>	<p>ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym*** II DANIE: kotlety z panierowanej cukinii**/*****/*, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszonej z jabłkiem, marchewką i olejem z winogron</p>
<p>11.03.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ZUPA: delikatna grochowa na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: kolorowe risotto z warzywami, duszony kurczak w sosie z ziołami ogrodowymi</p>	<p>ZUPA: delikatna grochowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: makaron** z truskawkami i białym serem*</p>
<p>12.03.2024 WTOREK</p>	<p>ZUPA: rosół tradycyjny drobiowo – jarzynowy*** z makaronem**, gotowana marchewką i zieloną pietruszką II DANIE: pieczone skrzydełka z kurczaka BBQ, ziemniaczki pieczone, sałatka „Colesław” na sałacie lodowej</p>	<p>ZUPA: jarski bulion warzywny*** z makaronem ryżowym i krojonymi warzywami z zieleniną DANIE: pieczony kalafior, ziemniaczki pieczone, sałatka „Colesław” na sałacie lodowej</p>
<p>13.03.2024 ŚRODA</p>	<p>ZUPA: biały krem na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniaków, pieczonego selera*** i kalafiora z grzankami** ziołowymi i delikatną nutą gałki muszkatołowej II DANIE: kluski z mięsem okraszone z cebulką, sałatka z kapusty białej z sosem vinegrette i siemieniem lnianym</p>	<p>ZUPA: biały krem na wywarze jarskim*** z ziemniaków, pieczonego selera*** i kalafiora z grzankami** ziołowymi i delikatną nutą gałki muszkatołowej II DANIE: kluski leniwe z białym serem* i topionym masłem*</p>
<p>14.03.2024 CZWARTEK</p>	<p>ZUPA: barszcz czerwony na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z jarzynką*** i ziemniakami, zabieleny śmietaną* II DANIE: gulasz wieprzowy**, kasza jęczmienna** i gryczana, surówka z białej kapusty z tartym ogórkiem kiszonym i oliwą z oliwek</p>	<p>ZUPA: barszcz czerwony na wywarze jarzynowym*** z jarzynką*** i ziemniakami II DANIE: ragout warzywne, kasza jęczmienna** i gryczana, surówka z białej kapusty z tartą marchewką, pietruszką i olejem z winogron</p>

<p>15.03.2022 PIĄTEK</p>	<p>ZUPA: bulion warzywny z klopsikami rybnymi, jarzynką*** i kaszą jaglaną II DANIE: jajko sadzone*****, ziemniaki gotowane, marchewka gotowana podana na gęsto**</p>	<p>ZUPA: bulion warzywny z klopsikami z kaszy jaglanej i warzyw II DANIE: racuchy**/**/***** drożdżowe z pieczonymi jabłkami, cynamonem i kleksem jogurtowym*</p>
<p>18.03.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ZUPA: kwaśnica na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: zapiekanka makaronowa** z mięsem mielonym wieprzowo – drobiowym, pomidorami i serem Gouda*</p>	<p>ZUPA: kwaśnica na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: zapiekanka makaronowa** z pomidorami i serem Gouda*</p>
<p>19.03.2024 WTOREK</p>	<p>ZUPA: koperkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** II DANIE: schab pieczony w sosie własnym, kopytka ziemniaczane, , surówka z kapust mieszanych z olejem z winogron</p>	<p>ZUPA: koperkowa na wywarze jarskim *** II DANIE: wegetariańska pieczeń warzywna w sosie pieczarkowym, kopytka ziemniaczane, surówka z kapust mieszanych z olejem z winogron</p>
<p>20.03.2024 ŚRODA</p>	<p>ZUPA: zielony krem warzywny na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z mozzarellą* i białym sezamem***** II DANIE: makaron** z kurczakiem i szpinakiem , pomidorkiem koktajlowym i wiórkami sera Mozarella*</p>	<p>ZUPA: zielony krem na wywarze jarzynowym*** z mozzarellą*i białym sezamem***** II DANIE: makaron** ze szpinakiem, pomidorkiem koktajlowym i wiórkami sera Mozarella*</p>
<p>21.03.2024 CZWARTEK</p>	<p>ZUPA: fasolowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: wieprzowina w sosie curry z warzywami – fasolką szparagową, marchewką kolorową i kalafiozem, kasza wiejska**</p>	<p>ZUPA: fasolowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: duszone warzywa w sosie curry – fasolka szparagowa, marchewka, kalafior, cukinia, kasza wiejska**</p>
<p>22.03.2024 PIĄTEK</p>	<p>ZUPA: ogórkowa z ryżem na wywarze drobiowo – jarzynowym***, zabieleną śmietaną* II DANIE: filet rybny****, ziemniaki gotowane, surówka z marchewki z delikatną nutą chrzanu</p>	<p>ZUPA: ogórkowa z ryżem na wywarze jarzynowym*** II DANIE: pierogi**/***** z owocami, polane masłem*</p>
<p>25.03.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ZUPA: krupnik** na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami</p>	<p>ZUPA: krupnik** na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami</p>

TYDZIEŃ PRZEDŚWIĄTECZNY	II DANIE: makaron orientalny z kurczakiem w mleczku kokosowym z zielonymi warzywami	II DANIE: makaron orientalny z mleczkiem kokosowym z zielonymi warzywami
26.03.2024 WTOREK	ZUPA: porowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z kaszą jaglaną, zabieleną śmietaną* II DANIE: „gotąbki bez zawijania” a mięsem wieprzowo – drobiowym, ryżem i kapustą, ziemniaki gotowane, sos pomidorowy	ZUPA: porowa na wywarze jarzynowym z kaszą jaglaną, zabieleną śmietaną* II DANIE: gotąbki jarskie bez zawijania z ryżem, kapustą i pieczarkami, ziemniaki gotowane, sos pomidorowy
27.03.2024 ŚRODA	ZUPA: jarzynowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: łazanki** z mięsem drobiowym, kiełbaską pieczoną,** kapustą kiszoną i pieczarkami	ZUPA: jarzynowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: łazanki **z warzywami, kapustą kiszoną i pieczarkami
28.03.2024 CZWARTEK WIELKI CZWARTEK		
29.03.2024 PIĄTEK WIELKI PIĄTEK		

WESOŁYCH ŚWIĄT WIELKANOCNYCH!!!



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 ty, 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.

