

**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 02.04.2024 –03.05.2024**

**CHARAKTER**

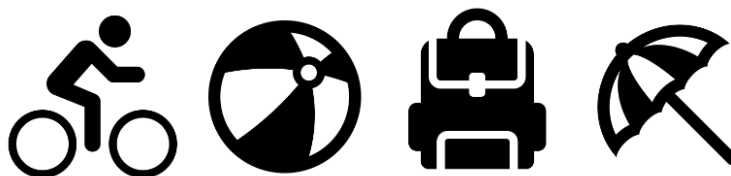
<b>DATA</b>	<b>MENU PODSTAWOWE</b>	<b>MENU WEGE</b>
<b>03.04.2024</b> <b>ŚRODA</b>	<b>ZUPA:</b> grysikowa** na wywarze drobiowo – jarzynowym <b>II DANIE:</b> kotlet schabowy panierowany**/*****, ziemniaki gotowane, surówka z białej kapusty z oliwą z winogron, kukurydzą, zielonym groszkiem i rukolą	<b>ZUPA:</b> grysikowa** na wywarze jarzynowym <b>II DANIE:</b> pieczarki panierowane **/*****, ziemniaki gotowane, surówka z białej kapusty z oliwą z winogron, kukurydzą, zielonym groszkiem i rukolą
<b>04.04.2024</b> <b>CZWARTEK</b>	<b>ZUPA:</b> barszcz ukraiński na wywarze drobiowo – jarzynowym z fasolą i ziemniakami , zabieleny śmietaną* <b>II DANIE:</b> risotto z mięsem drobiowym i warzywami – marchew, brokuł i kalafior	<b>ZUPA:</b> barszcz ukraiński na wywarze drobiowo – jarzynowym z fasolą i ziemniakami , zabieleny śmietaną* <b>II DANIE:</b> risotto z warzywami – marchew, brokuł i kalafior
<b>05.04.2024</b> <b>PIĄTEK</b>	<b>ZUPA:</b> pomidorowa na wywarze jarzynowym*** z drobnym makaronem**/*****, zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> paluszki rybne**** wysokogatunkowe**/*****/* smażony, surówka z marchwii i selera z sosem na bazie jogurtu naturalnego*	<b>ZUPA:</b> pomidorowa na wywarze jarzynowym*** <b>II DANIE:</b> nuggetsy serowe**/** smażone, surówka z marchwii i selera z sosem na bazie jogurtu naturalnego*
<b>08.04.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>ZUPA:</b> żurek** na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> kolorowe risotto z warzywami, duszony kurczak w sosie z ziołami ogrodowymi	<b>ZUPA:</b> żurek** na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> buchty z sosem owocowym na maślanec* i

		owocach czerwonych – truskawkach oraz czarnych i czerwonych porzeczkach
<b>09.04.2024</b> <b>WTOREK</b>	<b>ZUPA:</b> ryżowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z marchewką i zieleciną <b>II DANIE:</b> rumsztyk mięsny drobiowo – wieprzowy ( 70%/30%), ziemniaki gotowane, buraczki gotowane tarte	<b>ZUPA:</b> jarski bulion warzywny*** z ryżem <b>DANIE:</b> pieczony kalafior, ziemniaki gotowane, buraczki gotowane tarte
<b>10.04.2024</b> <b>ŚRODA</b>	<b>ZUPA:</b> krem brokułowy na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z grzankami** ziołowymi <b>II DANIE:</b> pierogi**/***** z mięsem**, surówka wielowarzywna	<b>ZUPA:</b> krem brokułowy na wywarze jarzynowym*** z grzankami** ziołowymi <b>II DANIE:</b> pierogi**/***** „ukraińskie” z farszem z ziemniaków i białego sera*, surówka wielowarzywna
<b>11.04.2024</b> <b>CZWARTEK</b>	<b>ZUPA:</b> delikatna fasolowa z pomidorami na wywarze mięsno - jarzynowym <b>II DANIE:</b> kurczak w sosie własnym z warzywami ( cukinią i papryką) i ryżem	<b>ZUPA:</b> delikatna fasolowa z pomidorami na wywarze jarzynowym <b>II DANIE:</b> ragout warzywne, z ryżem
<b>12.04.2022</b> <b>PIĄTEK</b>	<b>ZUPA:</b> pieczarkowa z makaronem** na wywarze mięsno – jarzynowym zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> filet rybny*****panierowany w płatkach kukurydzianych, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z tartą marchewką, jabłkiem, cebulką i oliwą z oliwek	<b>ZUPA:</b> pieczarkowa z makaronem** na wywarze jarzynowym zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> racuchy**/*/***** drożdżowe z pieczonymi jabłkami, cynamonem i kleksem jogurtowym*
<b>15.04.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>ZUPA:</b> ziemniaczana na wywarze mięsno – jarzynowym*** z majerankiem <b>II DANIE:</b> spaghetti bolognese z mięsem mielonym wieprzowo – drobiowym ( 40%/60%) i pomidorami Pellati	<b>ZUPA:</b> ziemniaczana na wywarze mięsno – jarzynowym*** z majerankiem <b>II DANIE:</b> spaghetti z pomidorami Pellati i serem peccorino
<b>16.04.2024</b> <b>WTOREK</b>	<b>ZUPA:</b> rosół tradycyjny drobiowo – jarzynowy z makaronem**, marchewką gotowaną i zieloną pietruszką <b>II DANIE:</b> kurczak pieczony, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty białej, marchewki i koperki z oliwą z oliwek	<b>ZUPA:</b> rosół tradycyjny jarzynowy z makaronem**, marchewką gotowaną i zieloną pietruszką <b>II DANIE:</b> krążki cukinii panierowane pieczone, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty białej,

		marchewki i koperki z oliwą z oliwek
<b>17.04.2024</b> <b>ŚRODA</b>	<b>ZUPA:</b> kalafiorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ryżem i koperkiem zielonym, zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> pyzy z mięsem okraszone cebulką, surówka z kapusty czerwonej z ziarnami białego sezamu*****	<b>ZUPA:</b> kalafiorowa na wywarze jarzynowym*** z ryżem i koperkiem zielonym, zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> kluski z owocami i masełkiem*,
<b>18.04.2024</b> <b>CZWARTEK</b>	<b>ZUPA:</b> barszcz biały** na wywarze jarskim*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> gulasz wieprzowy z szynki, kasza jęczmienna**, surówka z ogórka kiszzonego	<b>ZUPA:</b> barszcz biały** na wywarze jarskim*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> duszone warzywa w sosie curry – fasolka szparagowa, marchewka, kalafior, cukinia, kasza jęczmienna**, surówka z ogórka kiszzonego
<b>19.04.2024</b> <b>PIĄTEK</b>	<b>ZUPA:</b> krem pomidorowy na wywarze jarzynowym***, <b>II DANIE:</b> mintaj panierowany****z dodatkiem sezamu*****, ziemniaki gotowane, surówka z marchewki	<b>ZUPA:</b> krem pomidorowy na wywarze jarzynowym***, <b>II DANIE:</b> pierogi**/***** z owocami, polane masełkiem*
<b>22.04.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>ZUPA:</b> krupnik** na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami i zieleniną <b>II DANIE:</b> knedle z owocami i masłem topionym 82*	<b>ZUPA:</b> krupnik** na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami i zieleniną <b>II DANIE:</b> kluseczki gnochchi ze szpinakiem
<b>23.04.2024</b> <b>WTOREK</b>	<b>ZUPA:</b> z fasolki szparagowej na wywarze drobiowo – jarzynowym z grysikiem** <b>II DANIE:</b> kotlet drobiowy z kurczaka w tradycyjnej panierce**/*****, ziemniaki gotowane, surówka „Coleslaw” z zieloną pietruszką	<b>ZUPA:</b> z fasolki szparagowej na wywarze jarzynowym z grysikiem** <b>II DANIE:</b> kotlet warzywny w panierce**/*****, ziemniaki gotowane, surówka „Coleslaw” z zieloną pietruszką
<b>24.04.2024</b> <b>ŚRODA</b>	<b>ZUPA:</b> tradycyjna jarzynowa*** na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> łazanki** z wędliną drobiową, kapustą kiszoną i pieczarkami	<b>ZUPA:</b> tradycyjna jarzynowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami <b>II DANIE:</b> łazanki **z warzywami, kapustą kiszoną i pieczarkami
<b>25.04.2024</b> <b>CZWARTEK</b>	<b>ZUPA:</b> bulion drobiowo – jarzynowy z ryżem, marchewką i zieloną pietruszką	<b>ZUPA:</b> bulion drobiowo – jarzynowy z ryżem, marchewką i zieloną

	<b>II DANIE:</b> pulpety mięsne z mięsa mielonego drobiowo – wieprzowego, ziemniaki, sos pomidorowy**/*, surówka z warzyw świeżych mieszanych na bazie słodkiej kapusty	pietruszką <b>II DANIE:</b> pulpety warzywne , ziemniaki, sos pomidorowy**/*, surówka z warzyw świeżych mieszanych na bazie słodkiej kapusty
<b>26.04.2024</b> <b>PIĄTEK</b>	<b>ZUPA:</b> kapuśniak na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami <b>II DANIE:</b> paella z warzywami ( por, groszek zielony, marchew, kalafior, papryka), kawałki pieczonego drozda**** w marynacie ziołowej	<b>ZUPA:</b> kapuśniak na wywarze jarzynowym z ziemniakami <b>II DANIE:</b> paella z warzywami ( por, groszek zielony, marchew, kalafior, papryka),
<b>29.04.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>ZUPA:</b> barszcz czerwony na wywarze drobiowo – jarzynowym, zabieleny śmietaną* <b>II DANIE:</b> makaron** ze szpinakiem i kurczakiem, podlany śmietanką *	<b>ZUPA:</b> barszcz czerwony na wywarze jarzynowym, zabieleny śmietaną* <b>II DANIE:</b> makaron** ze szpinakiem i pomidorkami koktajlowymi
<b>30.04.2024</b> <b>WTOREK</b>	<b>ZUPA:</b> „Minestrone” na rosole drobiowo – warzywnym <b>II DANIE:</b> kotlet mielony tradycyjny*****/**, ziemniaki, surówka z z buraków czerwonych z jabłkami i cebulką	<b>ZUPA:</b> „Minestrone” na rosole warzywnym <b>II DANIE:</b> kotlet mielony z soczewicy i kalafiora *****/**, ziemniaki, surówka z z buraków czerwonych z jabłkami i cebulką

### **WEEKND MAJOWY – MAJÓWKA!!!**



## **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.

