

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 06.05.2024 –24.05.2024

CHARAKTER

DATA	MENU PODSTAWOWE	MENU WEGE
06.05.2024 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: grochowa na wywarze mięsno – jarzynowym z wędliną drobiową** pieczoną i ziemniakami II DANIE: makaron** z mięsem drobiowym i brokułami	ZUPA: grochowa na wywarze jarzynowym z ziemniakami II DANIE: makaron** z brokułami i pomidorkami koktailowymi
07.05.2024 WTOREK	ZUPA: ryżowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z zieleniną II DANIE: pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kapust mieszanych z olejem z winogron	ZUPA: ryżowa na wywarze jarzynowym z zieleniną II DANIE: pieczarki duszone w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kapust mieszanych z olejem z winogron
08.05.2024 ŚRODA	ZUPA: barszcz czerwony na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami, zabieleny śmietanką* II DANIE: kurczak w sosie słodko kwaśnym z warzywami orientalnymi, ryż	ZUPA: barszcz czerwony na wywarze jarzynowym z ziemniakami, zabieleny śmietanką* II DANIE: warzywa orientalne z ananase w sosie słodko - kwaśnym, ryż
09.05.2024 CZWARTEK	ZUPA: jarzynowa na wywarze drobiowym II DANIE: gulasz** wieprzowo-drobiowy, kasza jęczmienna**/gryczana, surówka z warzyw kiszonych z oliwą z oliwek	ZUPA: jarzynowa na wywarze jarskim II DANIE: knedle z owocami i masełkiem*

<p>10.05.2024 PIĄTEK</p>	<p>ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym*** z makaronem**/, zabelana*</p> <p>II DANIE: paluszki rybne**** panierowane**/*****/*, ziemniaki gotowane, surówka z marchwi i selera*** z olejem rzepakowym i siekaną pietruszką</p>	<p>ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym***</p> <p>II DANIE: kotleciki serowe panierowane**/*****/*, ziemniaki gotowane, surówka z marchwi i selera *** z olejem z winogron</p>
<p>13.05.2024 PONIEDZIAŁEK</p>	<p>ZUPA: ogórkowa na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami, zabelana śmietaną*</p> <p>II DANIE: makaron** w sosie a’la „Carbonara” z dodatkiem pieczonego bekonu, groszku zielonego i siekanej pietruszki</p>	<p>ZUPA: ogórkowa na wywarze jarzynowym z ziemniakami, zabelana śmietaną*</p> <p>II DANIE: makaron** w sosie a’la „Carbonara” z dodatkiem pieczonego tofu, groszku zielonego i siekanej pietruszki</p>
<p>14.05.2024 WTOREK</p>	<p>ZUPA: grysikowa** na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z koperkiem zielonym</p> <p>II DANIE: kotlet schabowy panierowany**/*****/*, ziemniaki, buraczki czerwone gotowane</p>	<p>ZUPA: grysikowa** na wywarze jarzynowym z koperkiem zielonym</p> <p>DANIE: pieczony kalafior, ziemniaczki gotowane, buraczki gotowane tarte</p>
<p>15.05.2024 ŚRODA</p>	<p>ZUPA: fasolowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami</p> <p>II DANIE: naleśniki**/*****/* z kurczakiem i pieczarkami zapiekane pod pierzynką serową*</p>	<p>ZUPA: fasolowa na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami</p> <p>II DANIE: naleśniki**/*****/* z białym serem*, miodem i przecieranymi owocami naturalnymi</p>
<p>16.05.2024 CZWARTEK</p>	<p>ZUPA: marchwiowa z kaszą jaglaną na wywarze drobiowo-jarzynowym</p> <p>II DANIE: kluski z mięsem okraszone cebulką, surówka wielowarzywna z kukurydzą i groszkiem zielonym</p>	<p>ZUPA: marchwiowa z kaszą jaglaną na wywarze jarzynowym</p> <p>II DANIE: racuchy**/*****/* z jabłkami i cukrem pudrem</p>
<p>17.05.2022 PIĄTEK</p>	<p>ZUPA: krem kalafiorowy na wywarze jarzynowym z ziarnami słonecznika</p> <p>II DANIE: filet rybny, ziemniaki gotowane, surówka z kapusty</p>	<p>ZUPA: krem kalafiorowy na wywarze jarzynowym z ziarnami słonecznika</p> <p>II DANIE: panierowane**/*****/* smażone brokuły, ziemniaki</p>

	kiszzonej z marchewką, jabłkiem, zieloną pietruszką i oliwą z oliwek	gotowane, surówka z kapusty kiszzonej z marchewką, jabłkiem, zieloną pietruszką i oliwą z oliwek
20.05.2024 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: żurek na wywarze mięsno – jarzynowym z wędliną drobiową pieczoną z ziemniakami II DANIE: ryż z kurczakiem i warzywami, w tym fasolką szparagową i kukurydzą, świeży owoc	ZUPA: żurek na wywarze jarzynowym z pieczonymi pieczarkami i ziemniakami II DANIE: ryż z jabłkami i cynamonem, świeży owoc
21.05.2024 WTOREK	ZUPA: bulion drobiowo – jarzynowy z drobnym makaronem**, marchewką i pietruszką II DANIE: „kurczę pieczone”, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z dodatkiem świeżej zieleniny i świeżych ziół	ZUPA: bulion jarzynowy*** z drobnym makaronem**, marchewką gotowaną i pietruszką II DANIE: słupki pieczonych warzyw – marchewka, papryka, cukinia, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej
22.05.2024 ŚRODA	ZUPA: szpinakowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ryżem II DANIE: makaron** spaghetti bolognese z sosem mięsno – pomidorowym na mięsie mielonym drobiowo – wieprzowym (60%/40%) i pomidorach Pellati	ZUPA: szpinakowa na wywarze jarzynowym*** z ryżem II DANIE: makaron** spaghetti w sosie pomidorowym na pomidorach Pellati z kuleczką Mozarelli
23.05.2024 CZWARTEK	ZUPA: zupa z fasoli szparagowej zielonej i żółtej na wywarze drobiowo – jarzynowym II DANIE: wieprzowina z pieczarkami, kasza jęczmienna**, surówka z białej kapusty z dodatkiem świeżych warzyw z sosem vinegrette na bazie oleju rzepakowego	ZUPA: zupa z fasoli szparagowej zielonej i żółtej na wywarze jarzynowym II DANIE: mix duszonych warzyw z pieczarkami, kasza jęczmienna**, surówka z białej kapusty z dodatkiem świeżych warzyw z sosem vinegrette na bazie oleju rzepakowego
24.05.2024 PIĄTEK	ZUPA: zupa z czerwonej kapusty na wywarze drobiowo – jarzynowym II DANIE: fish burger rybny****/*****/**w bułce** z	ZUPA: zupa z czerwonej kapusty na wywarze jarzynowym

	sosami – jogurtowym* i Tysiąca Wysp, sałatą zieloną, pomidorem i ogórkiem	II DANIE: „wege burger” z buraka i soczewicy w bułce z sosami sałatą zieloną, pomidorem i ogórkiem
27.05.2024 PONIEDZIAŁEK	ZUPA: kwaśnica na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: pierogi **/*****mieszane – z mięsem i „ukraińskie” (1/2 / ½) okraszone cebulką	ZUPA: kwaśnica na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: pierogi**/***** z owocami i sosem jogurtowym*
28.05.2024 WTOREK	ZUPA: zupa Minestrone na wywarze drobiowo – jarzynowym II DANIE: kotlet mielony**/*****, ziemniaki, surówka z buraka z białym sezamem*****, oliwą z oliwek i siekaną zieloną pietruszką	ZUPA: jarskie Minestrone II DANIE: kotlet serowy panierowany*/**/*****, ziemniaki gotowane, surówka z buraka z białym sezamem*****, oliwą z oliwek i siekaną zieloną pietruszką
29.05.2024 ŚRODA	ZUPA: krupnik** na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z ziemniakami i zieloną pietruszką II DANIE: PIZZA ** z szynką**, serem*, pieczarkami i kukurydzą Ketchup	ZUPA: krupnik** na wywarze jarzynowym*** z ziemniakami i zieloną pietruszką II DANIE: PIZZA** z serem*, pieczarkami i kukurydzą Ketchup
25.05.2024 CZWARTEK	DZIEŃ WOLNY - BOŻE CIAŁO!	

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.

