

**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 03.06.2024 –20.06.2024**

### **SZKOŁA – SPORT GLIWICE**

<b>DATA</b>	<b>MENU PODSTAWOWE</b>
<b>03.06.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>ZUPA:</b> krupnik** na wywarze mięsno – jarzynowym z wędliną drobiową** pieczoną i ziemniakami <b>II DANIE:</b> zapiekanka makaronowa** z mięsem drobiowym i warzywami oraz żółtym serem* <b>KOMPOT OWOCOWY</b>
<b>04.06.2024</b> <b>WTOREK</b>	<b>ZUPA:</b> tradycyjny rosół z makaronem**, marchewką i zieloną pietruszką <b>II DANIE:</b> kotlet drobiowy panierowany**/*****, ziemniaki, surówka ze świeżych warzyw <b>KOMPOT OWOCOWY</b>
<b>05.06.2024</b> <b>ŚRODA</b>	<b>ZUPA:</b> koperkowa na wywarze mięsno – jarzynowym z ryżem <b>II DANIE:</b> pyzy z mięsem okraszone cebulką, surówka z kapust mieszanych <b>KOMPOT OWOCOWY</b>
<b>06.06.2024</b> <b>CZWARTEK</b>	<b>ZUPA:</b> jarzynowa*** na wywarze drobiowym z brukselką zabelana śmietaną* <b>II DANIE:</b> łazanki** z kapusty kiszonej i białej z pieczarkami i wędlinką** <b>KOMPOT OWOCOWY</b>

<p><b>07.06.2024</b> <b>PIĄTEK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> zupa kaszubska ( rybna**** ) na wywarze jarzynowym z kaszą jaglaną <b>II DANIE:</b> ryż z cukinią i pieczarkami w sosie śmietanowym <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>10.06.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> delikatna grochowa na wywarze mięsno-warzywnym z ziemniakami <b>II DANIE:</b> makaron** z kurczakiem w sosie pomidorowym, świeży owoc <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>11.06.2024</b> <b>WTOREK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> kalafiorowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** z pietruszka zieloną <b>II DANIE:</b> gołąbki bez zawijania z mięsem, ryżem i kapustą, sos pomidorowy** , ziemniaki gotowane <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>12.06.2024</b> <b>ŚRODA</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> barszcz czerwony na wywarze jarzynowym zabieleny** <b>II DANIE:</b> potrawka z kurczaka, ryż gotowany <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>13.06.2024</b> <b>CZWARTEK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> pieczarkowa na wywarze jarzynowym z drobnym makaronem** <b>II DANIE:</b> gulasz wieprzowy z szynki, kasza jaglana/gryczana, surówka z warzyw kiszonych <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>14.06.2022</b> <b>PIĄTEK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> pomidorowa na wywarze jarzynowym z ryżem <b>II DANIE:</b> pierogi ruskie**/*****/* okraszone cebulką, tarta marchewka <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>17.06.2024</b> <b>PONIEDZIAŁEK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> ogórkowa na wywarze mięsno-jarzynowym, zabieleną śmietaną* <b>II DANIE:</b> makaron** z kurczakiem i szpinakiem w sosie śmietanowym* <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>

<p><b>18.06.2024</b> <b>WTOREK</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> grysikowa** na wywarze jarzynowym z marchewką i pietruszką zieloną <b>II DANIE:</b> pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kapusty białej z kukurydzą i oliwą z oliwek <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>
<p><b>19.06.2024</b> <b>ŚRODA</b></p>	<p><b>ZUPA:</b> delikatna fasolowa z pomidorową pulpą <b>II DANIE:</b> risotto z i warzywami, kurczak duszony <b>KOMPOT OWOCOWY</b></p>

\*Z przyczyn technicznych oraz logistycznych zastrzegamy sobie prawo do dokonywania drobnych zmian w jadłospisie

**Gramatura:**

**ZUPA – 300 ml**

**Mięso/ ryba – 100 g**

**Ziemniaki / ryż/ kasza / makaron – 180 g**

**Surówka/sałatka – 100 g**

**Danie jednogarnkowe – 300 g**

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

W sytuacjach szczególnych, nie przewidzianych przez nas wcześniej może zdarzyć się konieczność nagłej zmiany jadłospisu, o czym będziecie Państwo poinformowani, jeśli nastąpi taka konieczność

**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.