

24 lat doświadczenia w cateringu



Gastro Team- Zdrowe żywienie twoich dzieci

email: wiola@gastroteam.pl

## Menu dla Szkoły Podstawowej w Michałowicach

data	obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne	Duże	Małe
<b>Poniedziałek</b> 02.09.2024	1,3,7,9,10,12,13,				
<b>WTOREK</b> 03.09.2024	zupa ogórkowa makaron z serem i polewa truskawkową sałatka owocowa kompot/ woda z miętą	zupa ogórkowa makaron z truskawkami sałatka owocowa kompot/ woda z miętą	makaron z serem i polewa truskawkową sałatka owocowa	250g 375g 150g 250ml.	250g 280g 100g 250ml.
1,3,7,9,10,12,13,					
<b>ŚRODA</b> 04.09.2024	rosół z makaronem gulasz wieprzowy kasza jęczmienna sałata z sosem / marchew z groszkiem kompot/woda z miętą i cytryną	rosół z makaronem gulasz wieprzowy kasza gryczana sałata z sosem / marchew z groszkiem kompot/woda z miętą i cytryną	nuggetsy warzywne	250g 90g 150g 150g 250ml	250g 70g 100g 100g 250ml
1,3,7,9,10,12,13,					
<b>CZWARTEK</b> 05.09.2024	zupa z zielonego groszku pulpeciki ryż sałatka z pomidorami( sałata, pomidory, ogórki) / mieszanka europejska kompot / woda z cytryną	zupa z zielonego groszku pulpeciki ryż sałatka z pomidorami( sałata, pomidory, ogórki) / mieszanka europejska kompot / woda z cytryną	kulki z ciecierzycy ryż	250g 120g 150g 150g 250ml.	250g 100g 100g 100g 250ml.
1,3,7,9,10,12,13,					
<b>PIĄTEK</b> 06.09.2024	zupa pomidorowa z makaronem ryba w cieście ziemniaki surówka z selera / słodki groszek kompot/ woda z miętą	zupa pomidorowa z makaronem ryba w cieście kukurydzianym ziemniaki surówka z selera / słodki groszek kompot/ woda z miętą	kotlety ziemniaczane z serem	250g 90g 150g 150g 250ml.	250g 70g 100g 100g 250ml.
1,3,4,7,9,10,12,13,					
data	obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne	Duże	Małe
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 09.09.2024	zupa ogórkowa naleśniki z serem polewa jogurtowa marchew z brzoskwiniami kompot/ herbata pomarańczowa	zupa ogórkowa naleśniki z owocami marchew z brzoskwiniami kompot/ herbata pomarańczowa	naleśniki z serem	300g 280g 100g 100g 250ml.	300g 180g 75g 75g 250ml.
1,3,7,9,10,12,13,					
	krem z dyni potrawka z kurczaka ryż kolorowy	krem z dyni potrawka z kurczaka ryż	kuleczki warzywne	300g 90g 150g	300g 70g 100g

<b>WTOREK</b> 10.09.2024	słodki groszek /sałatka wiosenna	słodki groszek /sałatka wiosenna		150g	100g
	kompot/woda z cytryną	kompot/woda z cytryną		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					
<b>ŚRODA</b> 11.09.2024	zupa selerowa z ryżem białym	zupa selerowa z ryżem białym	burger buraczany z soczewicy	300g	300g
	kotlet mielony tradycyjny	kotlet mielony z bułką bezglutenową		120g	100g
	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g
	marchew z groszkiem/ surówka z kapusty czerwonej parzona	marchew z groszkiem/ surówka z kapusty czerwonej parzona		150g	100g
	kompot/herbata malinowa	kompot/herbata malinowa		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					
<b>CZWARTEK</b> 12.09.2024	zupa brokułowa	zupa brokułowa niezabielana	kaszotto warzywne	300g	300g
	bitka wieprzowa duszona	bitka wieprzowa duszona		90g	70g
	kasza gryczana	kasza gryczana		150g	100g
	buraczki zasmażane / surówka z kapusty białej z papryką świeżą	buraczki na ciepło/ surówka z kapusty białej z papryką świeżą		150g	100g
	kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					
<b>PIĄTEK</b> 13.09.2024	zupa pomidorowa z ryżem	zupa pomidorowa z ryżem niezabielana	makaron z sosem pomidorowym	300g	300g
	ryba panierowana	ryba panierowana B/G		120g	100g
	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g
	surówka z kapusty kiszzonej/ fasolka szparagowa	surówka z kapusty kiszzonej/ fasolka szparagowa		150g	100g
	kompot/woda z pomarańczami	kompot/woda z pomarańczami		250ml	250ml
<b>1,3,4,7,9,10,12,13,4,</b>					
<b>data</b>	<b>obiad</b>	<b>bezmleczna/ bezglutenowa</b>	<b>Wgetariańskie bez rybne</b>	<b>Duże</b>	<b>Małe</b>
<b>PONIEDZIAŁEK</b> 16.09.2024	zupa z ziemniakami	zupa z ziemniakami	kluski leniwe	250g	250g
	kluski leniwe z masłem	kopytka BG z sosem		300g	250g
	marchew z jabłkiem	marchew z jabłkiem		150g	100g
	kompot / woda z miętą i cytryna	kompot / woda z miętą i cytryna		250ml	250ml
<b>1,3,6,7,9,</b>					
<b>WTOREK</b> 17.09.2024	krem z buraczków czerwonych	krem z buraczków czerwonych	kulki warzywne z ciecierzycy	250g	250g
	klopsiki drobiowe	klopsiki drobiowe BG		120g	100g
	kasza bulgur	kasza gryczana		+60g sos	100g
	sałata kolorowa z kapustą pekińską /kalafior z masłem	sałata kolorowa z kapustą pekińską /kalafior z masłem		150g	100g
	kompot/woda z miętą i cytryną	kompot/woda z miętą i cytryną		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					
	rosół z makaronem	rosół z makaronem BG	placuszki z cukinii	250g	250g
	kotlet schabowy	kotlet schabowy bułką bezglutenowa		90g	70g +
	ziemniaki	ziemniaki		+60g sos	30g sos
				150g	100g

ŚRODA 18.09.2024	buraczki zasmażane/ sałatka wiosenna kompot/woda pomarańczowa	buraczki zasmażane/ sałatka wiosenna kompot/woda pomarańczowa		150g 250ml	100g 250ml
	1,3,7,9,10,12,13,				
CZWARTEK 19.09.2024	zupa pieczarkowa pieczony filet z kurczaka w sosie śmietanowym ryż surówka z selera / marchew mini z maselkiem kompot/ woda z cytryną i miodem	zupa pieczarkowa pieczony filet z kurczaka w sosie pomidorowym ryż surówka z selera / marchew mini z maselkiem kompot/ woda z cytryną i miodem	klopsiki z kalafiora	250g 90g +60g sos 150g 150g 250ml	250g 70g + 30g sos 100g 100g 250ml
	1,3,7,9,10,12,13,				
PIĄTEK 20.09.2024	zupa pomidorowa z lanymi kluseczkami filet rybny w cieście ziemniaki sałata z sosem /fasolka szparagowa żółta i zielona kompot/ herbata owocowa	zupa pomidorowa z lanymi kluseczkami Makaron spaghetti BG z sosem napoli z sosem napoli sałata z sosem /fasolka szparagowa żółta i zielona kompot/ herbata owocowa	Makaron spaghetti z sosem napoli i żółtym serem	250g 90g 150g 250ml.	250g 70g 100g 250ml.
	1,3,7,9,10,12,13,4,				
<b>data</b>	<b>obiad</b>	<b>bezmleczna/ bezglutenowa</b>	<b>Wegetariańskie bez rybne</b>	<b>Duże</b>	<b>Małe</b>
PONIEDZIAŁEK 23.09.2024	barszcz czerwony z ziemniakami zabieleny pierogi z mięsem i okrasa surówka z czerwonej kapusty kompot/ herbata malinowa	barszcz czerwony pierogi z mięsem i okrasa surówka z czerwonej kapusty kompot/ herbata malinowa	pierogi z serem	250g 375g 150g 250ml	250g 280g 100g 250ml
	1,3,7,9,10,12,13,				
WTOREK 24.09.2024	zupa koperkowa gołąbki z miesem wieprzowym w sosie pomidorowym ziemniki sałata z sosem vinegret/ brukselka kompot/ woda z cytryną	zupa koperkowa gołąbki z miesem wieprzowym w sosie pomidorowym ziemniki sałata z sosem vinegret/ brukselka kompot/ woda z cytryną	gołąbki wegetariańskie w sosie pomidorowym ziemniki sałata z sosem vinegret/ brukselka	250g 90gmięsa 60g 150g 150g 250ml.	250g 70g mięsa 30g 100g 100g 250ml.
	1,3,7,9,10,12,13,				
ŚRODA 25.09.2024	zupa z zacierkami gulasz z indyka ryż chrupiąca sałata z dodatkiem papryki, ogórka i rukoli / brokuły kompot/woda z miętą i cytryną	zupa z zacierkami BG gulasz z indyka ryż chrupiąca sałata z dodatkiem papryki, ogórka i rukoli / brokuły kompot/woda z miętą i cytryną	gulasz warzywny z ciecierzycą	250g 90g+60 g sos 200g 150g 250ml.	250g 70g+30 g sos 150g 250ml.
	1,3,7,9,10,12,13,				
	delikatna zupa grochowa pałeczka pieczona z ananasem i czerwona cebula kasza bulgur surówka z białej kapusty z dodatkiem pora/kalafior z maselkiem	delikatna zupa grochowa pałeczka pieczona z ananasem i czerwona cebula ryz surówka z białej kapusty z dodatkiem pora/kalafior	kotleciki z zielonego groszku kasza bulgur	250g 120g 150g 150g	250g 100g 100g 100g
	1,3,7,9,10,12,13,				

<b>Czwartek 26.09.2024</b>	kompot/ herbata miętowa	kompot/ herbata miętowa		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					
<b>PIĄTEK 27.09.2024</b>	aromatyczna zupa pomidorowa	aromatyczna zupa pomidorowa niezabielana		250g	250g
	paluszki rybne ziemniaki	paluszki rybne ziemniaki	makaron ze szpinakiem	120g 150g	100g 100g
	surówka z kapusty kiszonej / bukiet warzyw	surówka z kapusty kiszonej / bukiet warzyw		150g	100g
	kompot/ woda pomarańczowa	kompot/ woda pomarańczowa		250ml	250ml
<b>1,3,4,7,9,10,12,13,4,</b>					
<b>data</b>	<b>obiad</b>	<b>bezmleczna/ bezglutenowa</b>	<b>Wgetariańskie bez rybne</b>	<b>Duże</b>	<b>Małe</b>
<b>PONIEDZIAŁEK 30.09.2024</b>	jarzynowa z natką	zupa kapuśniak z pomidorami	pierogi z serem	250g	250g
	pierogi z serem polewa jogurtowa owoc - arbuz	pierogi z owocami		375g	250g
		owoc - arbuz		150g	100g
	kompot /herbata z goździkami	kompot /herbata z goździkami		250ml	250ml
<b>1,3,7,9,10,12,13,</b>					

Jadłospis przygotowała Wioletta Zimochocka zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.