



15 lat doświadczenia w cateringu



eam- Zdrowe żywienie twoich dzieci

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 343

data	śniadanie		obiad	bezmleczna	bezglutenowa		podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 04.09.2017	zupa mleczna (płatki owsiane)	220ml	zupa ogórkowa	zupa ogórkowa bez zabielenia	zupa ogórkowa	350g	tosty po hawajsku	100g
	pieczywo sałata masło wędlina wieprzowa (70%) herbata owocowa naprówka	50g 3g 5g 20g 200ml	makaron z polewą truskawkową owoc sezonowy kompot / woda z cytryną	makaron z polewą truskawkową owoc sezonowy kompot / woda z cytryną	makaron bezglutenowy z polewą truskawkową owoc sezonowy kompot / woda z cytryną	200g+150g 1szt 250ml	herbata miętowa 200ml.	
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
WTOREK 05.09.2017	zupa mleczna (zacierki)	220g	Zupa pieczarkowa	Zupa pieczarkowa bez zabielenia	Zupa pieczarkowa	350g	budyń z owocami (domowy własnej produkcji)	150g
	pieczywo mieszane masło jajko z sosem jogurtowym, szynka wieprzowa, warzywa herbata	50g 5g 100g 200ml	kotlety mielone ziemniaki marchewka z groszkiem surówka z kapusty pekińskiej kompot / woda z cytryną	kotlety mielone ziemniaki marchewka z groszkiem (bez masła) surówka z kapusty pekińskiej kompot / woda z cytryną	kotlety mielone ziemniaki marchewka z groszkiem surówka z kapusty pekińskiej kompot / woda z cytryną	120g 150g 150g 250ml.	ciasto czekoladowe z wiśniami (własnego wypieku)	100g
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
ŚRODA 06.09.2017	kakao naturalne na mleku	200ml	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	zupa jarzynowa	350g	babeczki z kaszy mannej	
	pieczywo masło pasta rybna z warzywami/ ser żółty	50g 5g 50g	gulasz wieprzowy z warzywami kasza gryczana surówka z kapusty biały /brukselka kompot/ woda z pomarańczami	gulasz wieprzowy z warzywami kasza gryczana surówka z kapusty biały /brukselka kompot/ woda z pomarańczami	gulasz wieprzowy z warzywami kasza gryczana surówka z kapusty biały /brukselka kompot/ woda z pomarańczami	90g +60g sos 150g 150g 250ml	z owocami herbata z miodem	100g 200ml.
	alergeny 1,7, 10,11,4,		1,3,7,9,10,12,13,					
CZWARTEK 07.09.2017	zupa mleczna (musli z owocami)	220ml.	barszcz czerwony	barszcz czerwony	barszcz czerwony	350g	wrapy z cienkich omletów ziołowych z szynką (70% mięsa) i warzywami	100g
	pieczywo z ziarnami masło sałata sałatka meksykańska wędlina (70% mięsa) herbata	50g 5g 3g 80g 20g 200ml	polędwiczki drobiowe ryż kolorowy sałatka z pomidorów / sałata ze śmietaną kompot /woda	polędwiczki drobiowe ryż kolorowy sałatka z pomidorów / sałata ze śmietaną kompot /woda	polędwiczki drobiowe ryż kolorowy sałatka z pomidorów / sałata ze śmietaną kompot /woda	90g 150g 150g 250ml.	herbata	200ml.
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
PIĄTEK 08.09.2017	kawa inka na mleku	200g	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem bez zabielenia	zupa pomidorowa z makaronem bezglutenowy	350g	mini pizza z warzywami i mięsem gotowanym	100g
	bułeczka masło szynka wieprzowa (70%) rzodkiewka	50g 5g 30g	ryba (miruna) panierowana/ ryż zapiekany z owocami ziemniaki surówka z kiszzonej kapusty/ fasolka szparagowa kompot/ woda z miętą	ryba (miruna) panierowana ziemniaki surówka z kiszzonej kapusty/ fasolka szparagowa kompot/ woda z miętą	ryba (miruna) panierowana ziemniaki surówka z kiszzonej kapusty/ fasolka szparagowa kompot/ woda z miętą	90g 150g 150g 250ml.	herbata	200ml.
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					

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

Do obiadu podawane są owoce sezonowe

Do obiadu podawane są owoce sezonowe



ISOQAR
REGISTERED
Numer Certyfikatu 10135

15 lat doświadczenia w cateringu



Team- Zdrowe żywienie twoich dzieci

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 343

data	śniadanie		obiad	bezmleczna	bezglutenowa		podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 11.09.2017	Kawa zbożowa na mleku	200ml.	zupa kapuśniak	zupa kapuśniak	zupa kapuśniak	350g	zdrowe Hot dogi	100g
	pieczywo mieszane	50g	pierogi z serem	pierogi z owocami	pierogi (z maki bezglutenowej) z serem	250g	(bułka wieloziarnista z serem, pomidorami i pesto pietruszkowym)	
	masło	5g	z polewą jogurtową z owocami	mus owocowy	z polewą jogurtową z owocami	100g	kiełbaska (70% mięsa)	
	sałata	3g	surówka z marchewki z owocami	surówka z marchewki z owocami	surówka z marchewki z owocami	150g	napój miodowy	200ml
	schab pieczony (własnej produkcji)	20g	kompot/ lemoniada	kompot/ lemoniada	kompot/ lemoniada	250ml.		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
WTOREK 12.09.2017	zupa mleczna (płatki kukurydziane)	220ml	rosół z makaronem	rosół z makaronem	rosół z makaronem bezglutenowy	350g	deser malinowo jogurtowy z miodem	150g
	pieczywo mieszane	50g	kotlet schabowy tradycyjny ziemniaki	kotlet schabowy tradycyjny ziemniaki	kotlet schabowy panierowany bułka hezolutenowa ziemniaki	90g	z posypką migdałową	
	masło	5g	surówka z buraczków	surówka z buraczków	surówka z buraczków	150g	ciastka owsiane (domowe)	30g
	jajko ze szczypiorkiem i sosem jogurtowym	20g	surówka po żydowsku	surówka po żydowsku	surówka po żydowsku	150g	sok (100%)	150ml
	sałata	3g	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną	250ml		
	ogórek	20g	1,3,7,9,10,12,13,					
	herbata owocowa	200ml						
	alergeny 1,7, 10,11,							
ŚRODA 13.09.2017	kakao naturalne na mleku	200ml	zupa curry	zupa curry bez śmietany	zupa curry	350g	placki z cukinii i owocami	100g
	pieczywo mieszane	50g	papryka faszerowana mięsem	papryka faszerowana mięsem	papryka faszerowana mięsem	120g mięsa	herbata miętowa	
	masło	5g	ryż basmati	ryż basmati	ryż basmati	150g		
	sałatka jarzynowa	80g	kapusta pekińska z papryką/brokuł	kapusta pekińska z papryką/brokuł	kapusta pekińska z papryką/brokuł	150g		
	pomidor	20g	Kompot/woda z miętą	Kompot/woda z miętą	Kompot/woda z miętą	250ml		
	wędlina	20g	Kuchnia Węgierska	Kuchnia Węgierska	Kuchnia Węgierska			
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
CZWARTEK 14.09.2017	zupa mleczna	220g	krupnik z kaszą jaglaną	krupnik z kaszą jaglaną	krupnik z kaszą jaglaną	350g	tortilla z (ciasto pełnoziarniste) z kurczakiem gotowanym i warzywami	100g
	pieczywo mieszane	50g	musaka (zapiekanka ziemniaczana z mięsem)	musaka (zapiekanka ziemniaczana z mięsem) bez	musaka (zapiekanka ziemniaczana z mięsem)	250g	herbata owocowa	
	masło	5g	marchew na ciepło	marchew na ciepło bez masła	marchew na ciepło	150g		
	szynka (70% mięsa) w galaretkę	80g	sałata z sosem winegret	sałata z sosem winegret	sałata z sosem winegret	150g		
	herbata	200ml	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
PIĄTEK 15.09.2017	kakao	200ml	zupa pomidorowa z lanym ciastem	zupa pomidorowa z lanym ciastem bez zabiliania	zupa pomidorowa z lanym ciastem z maki kukurydzianej	350g	herbata miodowa	200ml
	pieczywo mieszane	50g	ryba w cieście / placki ziemniaczane z sosem ziemniaki	ryba w cieście ziemniaki	ryba w cieście bezglutenowej ziemniaki	90g		
	masło	5g	surówka z czerwonej kapusty	surówka z czerwonej kapusty	surówka z czerwonej kapusty	150g		
	ser żółty/ paszтет warzywny	50g	kalafior	kalafior	kalafior	150g		
	papryka	30g	Kompot/woda z owocami	Kompot/woda z owocami	Kompot/woda z owocami	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,4,					

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

Do obiadu podawane sa owoce sezonowe

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 343

data	śniadanie		obiad	bezmleczna	bezglutenowa		podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 18/09/2017	Kawa inka na mleku	200ml	zupa szczawiowa z jajkiem	zupa jarzynowa	zupa szczawiowa z jajkiem	350g	kielbaski (70% mięsa) na ciepło	50g
	pieczywo mieszane	50g	naleśniki z serem	naleśniki z owocami	naleśniki z mąki bezglutenowej z serem	375g	pieczywo	20g
	masło	5g	i polewą jogurtową	polewą owocową	i polewą jogurtową	100g	ogórek kiszony	30g
	sałata	3g	marchew na słodko	marchew na słodko	marchew na słodko	100g	herbata miętowa	200ml.
	wędlina drobiowa (70%)	20g	sałatka owocowa	sałatka owocowa	sałatka owocowa			
	kompot/ woda z cytryną	20g	Kompot/ woda z cytryną	Kompot/ woda z cytryną	Kompot/ woda z cytryną	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
WTOREK 19.09.2017	zupa mleczna (kasza jaglana obronowana)	220g	zacierkowa	zacierkowa	zacierkowa bezglutenowe	350g	sorbet owocowy (truskawki, banan)	100g
	pieczywo mieszane	50g	gotówki bez zawijania z sosem pomidorowym	gotówki bez zawijania z sosem pomidorowym	gotówki bez zawijania z sosem pomidorowym	120g mięsa	ciastka owsiane (domowe)	50g
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki	ziemniaki	150g	nerdata z sokiem malinowym (wycisnąć)	200ml.
	serek (biały naturalny) z pomidorami	30g	surówka z ogórka kiszzonego	surówka z ogórka kiszzonego	surówka z ogórka kiszzonego	150g		
	herbata miętowa	200ml	groszek zielony	groszek zielony	groszek zielony			
	papryka	20g	Kompot/ woda z pomarańczami	Kompot/ woda z pomarańczami	Kompot/ woda z pomarańczami	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
ŚRODA 20.09.2017	kakao naturalne	200ml	żurek z kiełbasą	żurek z kiełbasą bez zabielenia	żurek z kiełbasą	350g	budyń (własnej produkcji)	150g
	pieczywo mieszane	50g	bitka wieprzowa	bitka wieprzowa	bitka wieprzowa	90g	kasza kukurydziana	100g
	masło	5g	kluski śląskie	kluski śląskie	kluski śląskie (ze skrobii ziemniaczanej)	150g	ze śliwkami	50g
	sałatka z kurczaka (gotowana)	80g	surówka z kapusty czerwonej na ciepło / sałata lodowa	surówka z kapusty czerwonej na ciepło / sałata lodowa	surówka z kapusty czerwonej na ciepło / sałata lodowa	150g	napój miodowo cytrynowy	200ml.
	kompot/ woda z cytryną		Kompot/ woda z cytryną	Kompot/ woda z cytryną	Kompot/ woda z cytryną	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
CZWARTEK 21.09.2017	zupa mleczna	220g	zupa ziemniaczana	zupa ziemniaczana	zupa ziemniaczana	350g	ciasto drożdżowe (domowe)	100g
	pieczywo mieszane	50g	udko z kurczaka trybowane z rozmarynem	udko z kurczaka trybowane z rozmarynem	udko z kurczaka trybowane z rozmarynem	90g	arbuz	
	masło	5g	ryż	ryż	ryż	150g	mleko smakowe	200ml
	sałata	3g	mizeria/ bukiet warzy na ciepło	ogórki zielone z koperkiem/ bukiet warzy na ciepło	mizeria/ bukiet warzy na ciepło	150g	(własnej produkcji z kakao naturalnym słodzone miodem)	
	pasta z sera białego z papryką	50g	kompot/ woda z pomarańczą	kompot/ woda z pomarańczą	kompot/ woda z pomarańczą	250ml		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
PIĄTEK 22.09.2017	zupa mleczna	220g	krem marchewkowy z dodatkiem imbiru	krem marchewkowy z dodatkiem imbiru	krem marchewkowy z dodatkiem imbiru	350g	banan z polewą czekoladową	100g
	pieczywo mieszane	50g	ryba (dorsz) smażona / kotlet jajeczny	ryba (dorsz) smażona	ryba (dorsz) smażona panierowana	150g	chałka	30g
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki	bułka bezglutenowa	150g	herbata miętowa	200ml.
	sałata	3g	brukselka	brukselka	brukselka			
	połędwica drobiowa	20g	surówka z kapusty kiszzonej i świeżej nanrunki	surówka z kapusty kiszzonej i świeżej nanrunki	surówka z kapusty kiszzonej i świeżej nanrunki	150g		
	ogórek świeży	20g	kompot/ woda z cytryną	kompot/ woda z cytryną	kompot/ woda z cytryną	250ml.		
	alergeny 1,7, 10,11,		1,3,7,9,10,12,13,4,					

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

Do obiadu podawane są owoce sezonowe

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 343

data	śniadanie		obiad	bezmleczna	bezglutenowa		podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 25.09.2017	kawa na mleku	200ml	zupa koperkowa	zupa koperkowa bez zabielenia	zupa koperkowa	350g	rożki z ciasta kruchego z szynką i serem	100g
	pieczywo mieszane	50g	pierogi ruskie	pierogi z mięsem	pierogi ruskie (z mąki bezglutenowej)	300g		
	masło	5g	surówka z białej rzepy z marchewką	surówka z białej rzepy z marchewką	surówka z białej rzepy z marchewką	150g	herbata	200ml.
	pasztet (własnej produkcji z 70% mięsa)	30g	kompot/ woda z miętą	kompot/ woda z miętą	kompot/ woda z miętą	250ml		
	ogórek kiszony	20g	alergeny 1,7,10,11,1,3,7,9,10,12,13,					
WTOREK 26.09.2017	zupa mleczna	220g	zupa krem z cukinii z grzankami pełnoziarnistymi	zupa krem z cukinii z grzankami pełnoziarnistymi bez zabielenia	zupa krem z cukinii z grzankami bezglutenowe	350g	ryż zapiekany z owocami	150g
	pieczywo mieszane	50g	kotlet pożarski	kotlet pożarski	kotlet pożarski z bułką bezglutenową	120g		
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki	ziemniaki	150g	herbata	200ml.
	humus	50g	marchew na ciepło / surówka z białej kapusty	marchew na ciepło / surówka z białej kapusty	marchew na ciepło / surówka z białej kapusty	150g		
	herbata	200ml	Kompot/lemoniada	Kompot/lemoniada	Kompot/lemoniada	250ml.		
	alergeny 1,7,10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
ŚRODA 27.09.2017	kakao	200ml	barszcz ukraiński	barszcz ukraiński bez	barszcz ukraiński	350g	ciasto czekoladowo marchewkowe (własnej produkcji z płatków owsianych)	100g
	pieczywo mieszane	50g	makaron tagliatelle z kurczakiem i pieczarkami	makaron tagliatelle z kurczakiem i pieczarkami	makaron bezglutenowy z kurczakiem i pieczarkami	200g		
	masło	5g	oswojone natka	oswojone natka	oswojone natka	90g mięsa	sok warzywny (100%)	200ml.
	szynka faszerowana sałatką jarzynową	80g	sałata z pomidorami, papryką.../ brokuł, kalafior z pestkami dyni	sałata z pomidorami, papryką.../ brokuł, kalafior z pestkami dyni	sałata z pomidorami, papryką.../ brokuł, kalafior z pestkami dyni	150g		
	alergeny 1,7,10,11,		kompot/woda z cytryną	kompot/woda z cytryną	kompot/woda z cytryną	250ml.		
			1,3,7,9,10,12,13,					
CZWARTEK 28.09.2017	zupa mleczna	220g	zupa dyniowa z makaronem	zupa dyniowa z makaronem bez zabielenia	zupa dyniowa z makaronem bezglutenowy	350g	sernik na zimno z owocami	100g
	pieczywo mieszane	20g	kieszonki schabowe z warzywami	kieszonki schabowe z warzywami	kieszonki schabowe z warzywami	90g + 60g		
	masło	5g	kasza jęczmienna	kasza jęczmienna	kasza jaglana	150g	herbata miętowa	200ml.
	omlet z warzywami	80g	surówka z buraczków czerwonych/ surówka z ogórka kiszzonego z papryką	surówka z buraczków czerwonych/ surówka z ogórka kiszzonego z papryką	surówka z buraczków czerwonych/ surówka z ogórka kiszzonego z papryką	150g		
	herbata owocowa	200ml	kompot/woda z malinami	kompot/woda z malinami	kompot/woda z malinami	250ml		
	alergeny 1,7,10,11,		1,3,7,9,10,12,13,					
PIĄTEK 29.09.2017	szwedzki stół	200ml	zupa pomidorowa z ryżem	zupa pomidorowa z ryżem bez zabielenia	zupa pomidorowa z ryżem	350g	makaron z owocami i puszystą chmurką jogurtowa	100g
	dzieci same będą komponowały śniadanie		ryba po grecku/ leczy warzywno z mięsem	ryba po grecku warzywa bez masła	ryba po grecku	90g + 60g		
	herbata z miodem		ziemniaki	ziemniaki	ziemniaki	150g	herbata	200ml
	alergeny 1,7,10,11,		surówka z białej kapusty/ cukinia. nanrvc na cieniu	surówka z białej kapusty/ cukinia. nanrvc na cieniu	surówka z białej kapusty/ cukinia. nanrvc na cieniu	150g		
			kompot / woda z cytryną	kompot / woda z cytryną	kompot / woda z cytryną	250ml		
			1,3,7,9,10,12,13,4,					

Do obiadu podawane sa owoce sezonowe