



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

Pon. 06.01	ŚWIĘTO	TRZECH	KRÓLI	
Wt. 07.01	I śniadanie; Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 150 ml 1x kromka chleba (pszenny) z masłem i dżemem niskosłodzonym II śniadanie: Owoc banan Napój: Herbata owocowa	Zupa kalafiorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietr	Gulasz wieprzowy z marchewką, groszkiem i fasolką szparagową, kasza gryczan	Owoc jabłko
Sr 08.01	I śniadanie; ½ bułki wieloziarnistej (pszenica) 64% z masłem i żółtym serem, sałata lodowa II śniadanie; Owoc jabłko Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa meksykańska z mięsem wieprzowym, fasolką czerwoną, kukurydzą, ziemniakami i ziel pietr	Racuchy z cukrem pudrem (cukier puder osobno)	Owoc mandarynka
Czw. 09.01	I śniadanie; Pieczywo mieszane (pszenica) z masłem twarog i szczypiorkiem x 1 kromka II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziolowym Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami i ziel. pietr	Złociste frytki z kureczaka z ziemniakami puree, surówka z buraczków	Owoc gruszka
Pt. 10.01	I śniadanie; 1 x kromka chleba orkiszowego (pszenica) z masłem i pastą rybną z makreli na jogurcie II śniadanie; Warzywo rzodkiewka Napój: Kakao	Zupa jarzynowa z kaszą jaglana, fasolką, brokułami brukselką, kalafiorem i ziel. pietr	Medaliony z mintaja w złocistej panierce z ziemniakami puree, surówka z selera z rodzynkami	Tradycyjny sernik wiedeński (obniżona zawartość cukru)

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdując się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 13.01	I śniadanie: Pieczywo pszenne z maselkiem i serkiem homo x 1 szt. II śniadanie; Jogurt naturalny Napój: Herbata malinowa	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel pietr	Placki warzywne z kurczakiem, surówka wiosenna	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 14.01	I śniadanie: Jajecznica z dwóch jaj na maśle pomidor św. 1 x kromka chleba biała pszenna z masłem II śniadanie; Owoc banan Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel pietruszką	Roladka drobiowa z warzywami w sosie śmietanowo koperkowym z ryżem parabolicznym, surówka z tartego kalafiora i marchewki	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 15.01	I śniadanie: 1 kromka pieczywa (pszenica) „Kłos” żytnio/ razowy z maselkiem, wędliną drobiową i św. Ogórkiem II śniadanie; Owoc jabłko Napój: Kakao	Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr	Pierogi z twarogiem (sos jogurtowy osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 16.01	I śniadanie: Pieczywo razowe ze słonecznikiem pasta twarogowa z rzodkiewką x 1 szt. II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziołowym Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa z czerwonej soczewicy z warzywami, czerwoną papryką i ziel. pietr	Grillowana pierś z kurczaka z ziemniakami puree, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 17.01	I śniadanie: bułeczka wieloziarnista (pszenica) z maselkiem i serem żółtym i pomidorem II śniadanie; owoc melon Napój: Kakao x 200 ml	Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr	Kotlecik ziemniaczany z warzywami i łososiem z ziemniakami puree, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną	Flips truskawkowy

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdujące się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 20.01	Śniadanie I; Parówki z szynki (ok 90% mięsa) x 1 szt. łyż keczu łagodnego, ½ buł graham (pszenna) z masłem, sałata masłowa II śniadanie; Jogurt naturalny Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną, fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem i ziel pietr	Spaghetti bolognese z mięsem wp/woł	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 21.01	Śniadanie I; Zupa mleczna z makaronem x 150 ml, 1 x kromka chleba (pszenny) z masłem I dżemem niskosłodzonym, II śniadanie; Owoc banan Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa z zielonych warzyw z ziemniakami i ziel pietr	Pulpet drobiowy w sosie koperkowym z kaszą pęczak, surówka z białej kapusty	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 22.01	Śniadanie I; Pieczywo razowe (pszenica) z masłem x 1 kromka pasta jajeczna na jogurcie naturalnym, II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziołowym Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięsem wieprzowym, zielonym groszkiem i ziel. pietr	Naleśniki z twarogiem (sos jogurtowy osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 23.01	Śniadanie I; ½ bułeczki kajzerki z masłem i serem żółtym i pomidorem II śniadanie; owoc jabłko Napój: Kakao	Zupa rosół z makaronowym abecadłem, warzywami i ziel. pietr	Pierś panierowana z ziemniakami puree, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 24.01	Śniadanie I; 1 x kromka chleba żytnio-raz z masłem i twarogiem i szczypiorkiem II śniadanie; Warzywo papryka czerwona Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa barszcz zabieleny z warzywami, ziemniakami puree i koperkiem, surówka z selera z rodzynekami	XXL paluszek rybny Frosta z fileta mintaja z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną	Ciasto czekoladowe z wiśnią (obniżona zawartość cukru)

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 27.01	I śniadanie: bułeczka graham (pszenica) z masłem i wędliną drobiową, św. Ogórek II śniadanie; jogurt naturalny Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel pietr	Pierogi z mięsem z delikatną okrasą z cebulki, surówka z białej kapusty, papryki czerwonej, kukurydzy i ziel pietr	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 28.01	I śniadanie; Kiełbaska parzona biała cienka x 1 szt. keczup, 1 x kromka chleba (pszenica) z masłem I żółtym serem, rzodkiewka II śniadanie; owoc banan Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa koperkowa z warzywami, ziemniakami i ziel pietr	Gołąbki wieprzowe w sosie pomidorowym z ziemniakami puree	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 29.01	I śniadanie; bułeczki herbowej ciemna (pszenica) z masłem żółtym serem, pomidor św. II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziołowym Napój: Kakao	Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel pietr	Pancakes z cukrem pudrem (cukier puder osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 30.01	I śniadanie; kromka chleba (pszenica) pasta z cieciorkei gotowanego kurczaka na bulionie, pomidorów pelatti i warzywa ogrodowe, i zielona pietruszką II śniadanie; owoc jabłko Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa z czerwonej soczewicy z warzywami, czerwoną papryką i ziel. pietr	Duszona pierś z kurczaka w sosie z grillowanej papryki z ryżem parabolicznym, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 31.01	I śniadanie; 1 kromka chleba z masłem twarogiem i szczypiorkiem II śniadanie; Owoc melon Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami puree i koperkiem, surówka wiosenna	Medalion z łososia z ziemniakami puree i koperkiem, surówka wiosenna	Chrupki kukurydziane Sante

UWAGI:

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla przedszkolnej grupy wiekowej:

zupy do 250 ml/ os, Danie główne (skrobia od 80 do 120 gr/ os, mięso/ ryba od 50 do 80 gr/ os, surówka

Od 80 do 110gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 100-200 gr/ os, sosy do 10 gr/ os, deser 20 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdując się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.