

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 30.06.2025 –01.08.2025

PRZEDSZKOLE

DATA	MENU PODSTAWOWE
30.06.2025 PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE: pieczywo**, masło 82%*, szynkowa wysokogatunkowa**, rukola, herbata, mleko do herbaty* ZUPA: kapuśniak na wywarze mięsno – jarzynowym z ziemniakami II DANIE: makaron** z kurczakiem i szpinakiem na śmietance* KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: kisiel owocowy
01.07.2025 WTOREK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane – pszenno – żytnie i ze słonecznikiem, masło 82%*, pasta z indyka własnej produkcji z mięsa indyjskiego gotowanego z warzywami z dodatkiem szczypiorku, herbata ZUPA: rosół drobiowo – jarzynowy *** z drobnym makaronem**, marchewką gotowaną i zieloną pietruszką II DANIE: kotlet mięsny mielony tradycyjny **/***** z mięsa drobiowego – wieprzowego (65%/35%), ziemniaki gotowane , buraczki gotowane KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: świeży owoc
02.07.2025 ŚRODA	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane - pszenno – żytnie i wek pszenno**/*, masło 82%*, dżem morelowy, herbata, zupa mleczna z kaszką manną ZUPA: z fasolki szparagowej na wywarze drobiowo – jarzynowym z jarzynką, ryżem i koperkiem zielonym II DANIE: mix pierogów (ruskie**/* i z mięsem**), tarta marchewka z sokiem z cytryny KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: wypiek własny**/*/* - ciasto marchewkowe z cynamonem
03.07.2025 CZWARTEK	ŚNIADANIE: pieczywo**, masło 82%*, polędwica z indyka**, sałata lodowa, herbata

	ZUPA: krem z kalafiora na wywarze jarzynowym II DANIE: gulasz wieprzowy**, kasza jęczmienna**, surówka ze świeżych warzyw KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: budyń czekoladowy na mleku*
04.07.2025 PIĄTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane – jasne i graham, masło 82%*, twarożek biały* z rzodkiewką herbata ZUPA: pomidorowa na wywarze jarzynowym*** z zacierką**/*****/* II DANIE: paluszki rybne****/**/*****, ziemniaki gotowane, surówka z warzyw kiszonych KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: deser mleczno* - owocowy
07.07.2025 PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE: pieczywo**, masło 82%*, polędwica z warzywami, ogórek zielony, herbata ZUPA: krupnik** na wywarze mięsno – jarzynowym*** II DANIE: buchty**/*, sos jogurtowo* - truskawkowy KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: tarta marchewka z jabłkiem
08.07.2025 WTOREK	ŚNIADANIE: pieczywo**, masło 82%*, parówki wysokogatunkowe** na ciepło, herbata, ZUPA: ryżowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z zieleniną II DANIE: pieczeń wieprzowa w sosie własnym, ziemniaki, surówka z kapusty białej z marchewką i ogórkiem kiszonym KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: owoc, chrupki kukurydziane
09.07.2025 ŚRODA	ŚNIADANIE: bułeczka maślana*/** z masłem*, serem białym* i miodem, kakao na mleku*, herbata, ZUPA: ziemniaczana na wywarze drobiowo – jarzynowym z ziemniakami II DANIE: spaghetti** mięsno-warzywne na mięsie drobiowo – wieprzowym (50%/50%) z pomidorami Pellati i tartą marchewką, pietruszką i cebulką KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: wypiek własny – brownie czekoladowe z owocami */**/****
10.07.2025 CZWARTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane, masło*, 82%, szynka wieprzowa gotowana**, pomidor, herbata, ZUPA: koperkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** II DANIE: indyk z pieczarkami i warzywami w sosie, makaron** rurki KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: budyń waniliowy na mleku* z musem truskawkowym

11.07.2025 PIĄTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane – chleb tradycyjny i razowy, masło 82%*, pasta rybna****/*, herbata, ZUPA: brokułowa z kaszą manną** na wywarze jarzynowym II DANIE: jajko***** sadzone, ziemniaki, marchewka z groszkiem na gęsto** KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: jogurt naturalny* z ziarnami chia
14.07.2025 PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, szynka z pietruszką, herbata ZUPA: żurek** na wywarze mięsno – jarzynowym*** z ziemniakami II DANIE: knedle z owocami i masłem* topionym KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: kisiel z jogurtową* chmurką
15.07.2025 WTOREK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane jasne i ciemne, masło 82%*, pasta mięsno-warzywna, herbata ZUPA: grysikowa** na wywarze drobiowo – jarzynowym*** II DANIE: kotlet drobiowy panierowany**/*****, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej i ogórka zielonego ze śmietaną* KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: owoc, ciasteczka maślane**/*
16.07.2025 ŚRODA	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenne – wek i pszenno - żytnie, masło 82%*, dżem owocowy, herbata, mleko*, płatki kukurydziane ZUPA: jarzynowa na wywarze drobiowym II DANIE: łazanki** z kapustą, kiełbaską** drobiową i pieczarkami KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: wypiek własny**/*****/* – ciasto jogurtowe z owocami
17.07.2025 CZWARTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, pieczeń rzymska, świeże warzywa, herbata ZUPA: ogórkowa na wywarze drobiowo – jarzynowym z ziemniakami, zabelana śmietaną* II DANIE: potrawka z kurczaka i warzyw z ryżem KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: budyń dwu smakowy na mleku*
18.07.2025 PIĄTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, ser żółty*, pomidor, herbata, ZUPA: pomidorowa z makaronem** na wywarze drobiowo – jarzynowym***, zabelana śmietaną* II DANIE: filet rybny***** panierowany**/*****, ziemniaki, surówka z warzyw kiszonych z oliwą z oliwek KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: serek* „straciatella”
21.07.2025 PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, polędwica** sopocka, mix sałat, herbata ZUPA: barszcz czerwony zabelany śmietaną*, na wywarze drobiowo – jarzynowym

	II DANIE: naleśniki**/*/****** z białym serem* i nadzieniem owocowym KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: batonik musli**
22.07.2025 WTOREK	ŚNIADANIE: chleb tradycyjny** i razowy**, masło 82%*, pasta z wędliny z dodatkiem ciecierzycy i tartych świeżych warzyw, herbata ZUPA: brokułowa z kasza manną** na wywarze jarzynowym II DANIE: kurczak pieczony, ziemniaki, sałatka z gotowanego buraka z sosem vinegrette i białym sezamem***** KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: owoc
23.07.2025 ŚRODA	ŚNIADANIE: chleb tradycyjny** i wek pszenny**/*, masło 82%*, marmolada owocowa, herbata, zupa mleczna z płatkami owsianymi ZUPA: szpinakowa na wywarze drobiowo – jarzynowym*** II DANIE: pyzy z mięsem okraszone cebulką, surówka ze świeżych warzyw KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: wypiek własny*/*/****** - ciasto szpinakowe
24.07.2025 CZWARTEK	ŚNIADANIE: chleb tradycyjny**, masło 82%*, szynka z kurczaka, pomidor, herbata ZUPA: jarskie „minestrone”-wielowarzywne z ryżem II DANIE: makaron** o orientalnym smaku z kurczakiem i zielonymi warzywami KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: tiramisu*/*
25.07.2025 PIĄTEK	ŚNIADANIE: chleb tradycyjny** i razowy**, pasta jajeczna*****/* ze szczypiorkiem, herbata ZUPA: delikatna grochowa na wywarze jarzynowym II DANIE: filet rybny***** panierowany**/******, ziemniaki, surówka z warzyw kiszonych KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: deser waniliowy*
28.07.2025 PONIEDZIAŁEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, polędwica miodowa, ogórek zielony, rzodkiewka, herbata ZUPA: delikatna fasolowa na wywarze mięsno – jarzynowym*** II DANIE: makaron** z białym serem* i masłem KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: świeży owoc, biszkopty**/*
29.07.2025 WTOREK	ŚNIADANIE: chleb tradycyjny** i razowy**, masło 82%*, pasta z mięsa drobiowego mieszanego – kurczaka i indyka z dodatkiem soczewicy, herbata ZUPA: bulion drobiowo – jarzynowy z makaronem** II DANIE: pulpety mięsne wieprzowo-drobiowe**/******, sos pomidorowy, ziemniaki, surówka z białej kapusty z olejem z winogron KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: deser mleczny*

30.07.2025 ŚRODA	ŚNIADANIE: rogalik**/* z masłem*, twarożek* , herbata, zupa mleczna* z płatkami jagłanymi ZUPA: barszcz biały na wywarze jarzynowym zabieleny śmietaną* z ziemniakami II DANIE: risotto z kurczakiem i warzywami KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: wypiek własny*/**/***** - ciasto budyniowe z posypką i powidłami śliwkowymi
31.07.2025 CZWARTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, indyk faszerowany, sałata rzymska, herbata ZUPA: marchwiowa na wywarze mięsno – jarzynowym*** II DANIE: wieprzowina w sosie pieczarkowym, mix kasz**, surówka z ogórka kiszzonego KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: jogurt* z musem owocowym
01.08.2025 PIĄTEK	ŚNIADANIE: pieczywo** mieszane pszenno – żytnie, masło 82%*, pasta rybna z pomidorami i szczypiorkiem, herbata ZUPA: kalafiorowa na wywarze jarskim II DANIE: jako***** gotowane, sos koperkowy*, ziemniaki, marchewka gotowana KOMPOT OWOCOWY PODWIECZOREK: banan

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

Gramatura:

ZUPA – 250 ml

Mięso/ ryba – 70 g

Ziemniaki / ryż/ kasza / makaron – 110 g

Surówka/sałatka – 70 g

Danie jednogarnkowe – 250 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.