



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 03.01	I śniadanie: bułeczka graham (pszenica) z masłem i wędliną drobiową, św. Ogórek II śniadanie; jogurt naturalny Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa brokułowa z warzywami, ryżem i ziel. pietr	Spaghetti bolognese z mięsem wp/ woł	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 04.01	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 pomarańczowa z marchewką dynią, batatami i ziel. pietr	Pierś panierowana z ziemniakami puree. surówka z tartego kalafiora i marchewki	Owoc gruszka
<i>Sr</i> 05.01	I śniadanie; bułeczki herbowej ciemna (pszenica) z masłem żółtym serem, pomidor św. II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziółowym Napój: Kakao	Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięsem wieprzowym, ziel. groszek i ziel. pietr	Racuchy z cukrem pudrem (cukier puder osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 06.01	I śniadanie; Pieczywo mieszane (pszenica) z masłem, twarogiem i miodem x 1 kromka chleba II śniadanie; owoc jabłko Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	<b>ŚWIĘTO</b>	<b>TRZECH</b>	<b>KRÓLI</b>
<i>Pt.</i> 07.01	I śniadanie; 1 kromka chleba masłem i serkiem homogenizowanym II śniadanie; Owoc melon Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Literkowa zupa pomidorowa z warzywami i ziel. pietr	Medaliony z mintaja w złocistej panierce z ziemniakami puree i ziel. koperkiem, surówka z buraczków	Chrupki kukurydziane o smaku bananowym 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 znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem. Szczegółowe składniki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 10.01	I śniadanie; bułeczka grahamka (pszenna z masłem i chudą wędliną, ogórek św. II śniadanie: Jogurt naturalny Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem, zacierką i ziel. pietr	Kluski śląskie w sosie pieczeniowym, surówka wiosenna.	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 11.01	I śniadanie; Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 150 ml 1x kromka chleba (pszenny) z maselkiem i dżemem niskosłodzonym II śniadanie: Owoc banan Napój: Herbata owocowa	Zupa z zielonych warzyw, fasolką, brokułami, groszkiem, szpinakiem, ziemn i ziel. pietr	Kurczak z warzywami w sosie teryaki z makaronem farfalle	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 12.01	I śniadanie; ½ bułki wieloziarnistej (pszenica) 64% z masłem i żółtym serem, sałata lodowa II śniadanie; Owoc jabłko Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami i ziel. pietr	Naleśnik z twarogiem (sos jogurtowy osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 13.01	I śniadanie; Pieczywo mieszane (pszenica) z maselkiem twarog i szczypiorkiem x 1 kromka II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziółowym Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa żurek po staropolsku z jajkiem, ziemn i ziel. pietr	Złocisty sznycel drobiowy z ziemniakami, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 14.01	I śniadanie; 1 x kromka chleba orkiszowego (pszenica) z maselkiem i pastą rybną z makreli na jogurcie II śniadanie; Warzywo rzodkiewka Napój: Kakao	Zupa rosół z makaronowym abecadłem, warzywami i ziel. pietr	Paluszki rybne z fileta z mintaja ziemniakami puree z ziel. koperkiem, marchewka z groszkiem	Ciasto szarlotka (obniżona zaw. 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 **wytłuszczonym** drukiem. Szczegółowe składniki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 17.01	I śniadanie: Pieczywo mieszane (razowe/ pszenne) z maselkiem i serkiem homo x 1 szt. warzywo św. II śniadanie; Jogurt naturalny Napój: Herbata malinowa	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietr	Pierogi z mięsem z delikatną okrasą z cebulki, surówka wiosenna	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 18.01	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 barszcz z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr	Gołąbki w sosie pomidorowym z ziemniakami puree	Owoc mandarynka św.
<i>Sr</i> 19.01	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	Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 20.01	I śniadanie: Pieczywo razowe ze słonecznikiem pasta twarogowa z rzodkiewką x 1 szt. II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziółowym Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa rosół z makaronowym abecedłem, warzywami i ziel. pietr	Gulasz wp. z marchewką i groszkiem, kasza gryczana, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 21.01	I śniadanie: bułeczka wielozziarnista (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	Złocisty filet z dorsza z ziemniakami puree z ziel. koperkiem, surówka z kapusty pekińskiej	Ciasto czekoladowe

**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 **wytłuszczonym** drukiem. Szczegółowe składniki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 24.01	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 kalafiorowa z zacierką, warzywami i ziel. pietruszką	Potrąwka z kurczaka z brązowym ryżem i warzywami	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 25.01	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 żurek po staropolsku z jajkiem, ziemn i ziel. pietr	Kotlecik pożarski z ziemniakami puree, surówka z marchewki	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 26.01	Śniadanie I; Pieczywo razowe (pszenica) z masłem x 1 kromka pasta jajeczna na jogurcie naturalnym II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziółowym Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa gulaszowa z ziemn mięsem mielonym drobiowym warzywami i ziel. pietr	Pierogi z twarogiem i truskawkami/ sos jogurtowo wiśniowy (osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 27.01	Śniadanie I; bułeczki herbowej ciemnej (pszenica) z płat ows z masłem, pszennego pasta z cieciorki gotowanego kurczaka na bulionie, pomidorów pelatti i warzywa ogrodowe, i zielona pietruszką II śniadanie; owoc jabłko Napój: Kakao	Zupa z czerwonej soczewicy	Pieczeń rzymska w sosie pieczeniowym z kaszą pęczak, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 28.01	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 jarzynowa z fasolką, brokułami, brukselką, kalafiolem, zacierką i ziel. pietr	Medalion z łososia z ziemniakami puree i ziel. koper. sur z tartego kalafiora i marchewki	Ciasto jogurtowe z truskawkami (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 **wytłuszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 31.01	I śniadanie: bułeczka graham (pszenica) z maselkiem i wędliną drobiową, św. Ogórek II śniadanie; jogurt naturalny Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i ziel. pietr.	Tortellini z mięsem wp. w sosie pieczeniowym w sosie brokułowym	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 01.02	I śniadanie; Kiełbaska parzona biała cienka x 1 szt. keczup, 1 x kromka chleba (pszenica) z maselkiem I żółtym serem, rzodkiewka II śniadanie; owoc banan Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr	Kurczak Tikka Masala z mleczkiem kokosowym w sosie curry, ryż paraboliczny, surówka z marchewki	Owoc mandarynka
<i>Sr</i> 02.02	I śniadanie; bułeczki herbowej ciemna (pszenica) z masłem żółtym serem, pomidor św. II śniadanie; Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziolowym Napój: Kakao	Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięsem wieprzowym, ziel. groszek i ziel. pietr	Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 03.02	I śniadanie; Pieczywo mieszane (pszenica) z maselkiem, twarogiem i miodem x 1 kromka chleba II śniadanie; owoc jabłko Napój: Kawa zbożowa z mlekiem	Zupa rosół z makaronowym abecadłem, warzywami i ziel. pietr	Kotlecik mielony wp. z ziemniakami puree z zielonym koperkiem, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 04.02	I śniadanie; 1 kromka chleba maselkiem i serkiem homogenizowanym II śniadanie; Owoc melon Napój: Herbata bawarka z mlekiem	Zupa barszcz zabielały z warzywami, ziemniakami i ziel. pietr	Kotlecik z dorsza z ziemniakami puree i ziel. koper. sur z kapusty pekińskiej	Ciasto marchewkowe (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 **wytłuszczonym** drukiem. Szczegółowe składniki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.