



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

<i>Pon.</i> 06/10	I śniadanie: Bułeczka graham z maselkiem, wędliną drobiową i serem + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Herbata bawarka z mlekiem II śniadanie: jogurt naturalny	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i zieloną pietruszką	Pierogi z twarogiem i ziemniakami z delikatną okrasą z cebuli, surówka z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 07/10	I śniadanie: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 100 ml, chleb pszenny z maselkiem i dżemem niskosłodzonym Napój: Herbata owocowa bez cukru II śniadanie: Banan	Zupa koperkowa z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Frykadunki z piersi indyka w sosie paprykowym z kaszą pęczak, surówka z marchewki	Owoc mandarynka
<i>Śr.</i> 08/10	I śniadanie: bułeczka pszenna z masłem, żółtym serem i wędliną + mix warzyw (ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka) Napój: Kakao II śniadanie: Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziolowym	Zupa kaszubska z ziemniakami, kielbasą drobiową, ogórkiem kiszonym i fasolką szparagową	Naleśniki z twarogiem (sos jogurtowy osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 09/10	I śniadanie: Chleba pszenny z pastą z ciecior, warzyw, gotowanego kurczaka i pomidorów pelati, chleb razowy z masłem i wędliną Napój: Kawa zbożowa z mlekiem II śniadanie: owoc jabłko	Zupa krem z białych warzyw z ziemniakami i zieloną pietruszką	Kula drobiowa z ziemniakami puree, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 10/10	I śniadanie: Chleb pszenny z masłem i twarogiem ze szczypiorkiem Napój: Kakao II śniadanie: Melon/ arbuz	Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	XXL paluszek rybny Frosta z fileta z mintaja z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną	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 **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

Pon. 13/10	I śniadanie: Bułeczka graham z masłem, wędliną drobiową i serem + mix warzyw (ogórek św. pomidor św. rzodkiewka) Napój: Kawa zbożowa z mlekiem II śniadanie: Jogurt naturalny	Zupa kalafiorowa z ryżem, warzywami i zieloną pietruszką	Potrąwka z kurczaka z kolorowym makaronem fusilli, marchewką, fasolką szparagową, kukurydzą i groszkiem zielonym	Owoc jabłko
Wt. 14/10	I śniadanie: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 100 ml, chleb pszenny z masłem i dżemem niskosłodzonym Napój: Herbata owocowa bez cukru II śniadanie: Papryka czerwona słupki	Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Frytki z kurczaka z ziemniakami puree, surówka z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy	Owoc mandarynka
Śr. 15/10	I śniadanie: Bułka wieloziarnista z masłem, żółtym serem i wędliną drobiową + mix warzyw (ogórek św. pomidor św. rzodkiewka) Napój: Kawa zbożowa z mlekiem II śniadanie: Owoc jabłko	Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami, kaszą jęczmienną i zieloną pietruszką	Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno)	Owoc banan
Czw. 16/10	I śniadanie: Pieczywo mieszane z masłem i twarogiem ze szczypiorkiem Napój: Herbata bawarka z mlekiem II śniadanie: Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziołowym	Zupa z czerwonej soczewicy z warzywami, ziemniakami i czerwoną papryką	Pieczeń rzymska w sosie własnym z kaszą gryczaną, surówka z buraczków	Owoc gruszka
Pt. 17/10	I śniadanie: Kromka chleba orkiszowego z masłem i pastą rybną z makreli na jogurcie, kromka chleba pszennego z masłem i żółtym serem Napój: Kakao II śniadanie: Warzywo rzodkiewka	Zupa pomidorowa z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką	Kotlecik jajeczny z ziemniakami puree i koperkiem, marchewka gotowana z groszkiem	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 znajdujące się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składniki produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.



GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA PRZEDSZKOLI

Pon. 20/10	I śniadanie: Pieczywo pszenne z maselkiem i serkiem homogenizowanym + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Herbata malinowa II śniadanie: Jogurt naturalny	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną, fasolką, brokułami, brukselką, kalafiozem i zieloną pietruszką	Spaghetti bolognese z mięsem wieprzowo-wołowym	Owoc jabłko
Wt. 21/10	I śniadanie: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 100 ml, chleb pszenny z maselkiem i dżemem niskosłodzonym Napój: Herbata owocowa bez cukru II śniadanie: Banan	Zupa barszcz czerwony z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Pulpet drobiowy w sosie koperkowym z kaszą pęczak, surówka z tartego kalafiora i marchewki	Owoc mandarynka
Śr. 22/10	I śniadanie: Pieczywo żytnio-razowe „Kłos” z maselkiem i wędliną drobiową, chleb pszenny z masłem i serem + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Kakao II śniadanie: Owoc jabłko	Zupa wiejska z warzywami, ziemniakami, mięsem wieprzowym, zielonym groszkiem i pietruszką	Pierogi z twarogiem / sos jogurtowo waniliowy (osobno)	Owoc banan
Czw. 23/10	I śniadanie: Pieczywo mieszane (razowe i pszenne) z pastą twarogową z rzodkiewką Napój: Kawa zbożowa z mlekiem II śniadanie: Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziołowym	Zupa rosół z zacierką makaronową, warzywami i zieloną pietruszką	Pierś panierowana z ziemniakami puree, surówka z buraczków	Owoc gruszka
Pt. 24/10	I śniadanie: Bułeczka wielozłazista z maselkiem, serem żółtym i wędliną + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Kakao II śniadanie; owoc arbuz/ melon	Zupa ogórkowa z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Dukaty z mintaja z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z selera z rodzynkami	Tradycyjny sernik wiedeński o obniżonej zawartości 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 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> 27/10	I śniadanie: Parówki z szynki z łagodnym ketchupem, bułeczka graham z masłem i serem + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Kakao II śniadanie: Jogurt naturalny	Zupa pomidorowa z ryżem, warzywami i zieloną pietruszką	Tortellini z mięsem wieprzowym w sosie pieczeniowym, surówka wiosenna z białej kapusty papryki, kukurydzy i zielonej pietruszki	Owoc jabłko
<i>Wt.</i> 28/10	I śniadanie: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi x 100 ml, chleb pszenny z masłem i dżemem niskosłodzonym Napój: Herbata owocowa bez cukru II śniadanie: Banan	Zupa koperkowa z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Kotlecik zbojnicki w sosie letnim z cukinią i bakłażanem, kasza pęczak	Owoc mandarynka
<i>Śr.</i> 29/10	I śniadanie: Pieczywo razowe i pieczywo pszenne z masłem + pasta jajeczna na jogurcie naturalnym Napój: Kawa zbożowa z mlekiem II śniadanie: Frytki ze św. marchewki z dipem jogurtowo-ziółowym	Zupa krupnik z ziemniakami, warzywami, kaszą jęczmienną i zieloną pietruszką	Pancakes z cukrem pudrem (osobno)	Owoc banan
<i>Czw.</i> 30/10	I śniadanie: Bułka kajzerka z masłem, serem żółtym i wędliną drobiową + mix warzyw (ogórek świeży, rzodkiewka, pomidor) Napój: Herbata owocowa II śniadanie: Owoc jabłko	Zupa krem z cukinii z makaronem, warzywami i zieloną pietruszką	Duszony kurczak w sosie z grillowanej papryki z ryżem parabolicznym, surówka z buraczków	Owoc gruszka
<i>Pt.</i> 31/10	I śniadanie: Chleb żytnio-razowy z masłem i twarogiem i szczypiorkiem Napój: Kakao II śniadanie: Warzywo papryka czerwona	Zupa marchwianka z warzywami, ziemniakami i zieloną pietruszką	Medalion z łososia z ziemniakami puree i koperkiem, surówka jesienna	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 znajdują się w składnikach dań **wytluszczonym** drukiem. Szczegółowe składy produktów śniadaniowych i obiadowych dostępne są w osobnych menu.