

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

JADŁOSPIS SZKOŁA 3T



Restauracja & Caffè Club
***** Catering *****
ul. Szwedzka 24a, Zamość
tel. 84 639 43 55
tel. 781 991 299, 781 781 111
www.smakstory.pl www.cateringzamosc.pl

15.12.2025
Poniedziałek

Obiad I

Barszcz ukraiński z ziemniakami 300ml

Składniki: woda burak ziemniaki, późne fasola biała, nasiona suche kurczak, tuszka marchew kapusta biała Śmietana 18% (mleko) pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała pieprz ziele angielskie liść laurowy

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Kotlecik drobiowy panierowany 100g

Składniki: mięso z piersi indyka, bez skóry bułka tarta (pszenica) olej rzepakowy jaja kurze całe

Ziemniaki gotowane 175g

Składniki: ziemniaki sól biała

Surówka meksykańska 120g

Składniki: kapusta biała marchew, kukurydza, , papryka, por, majonez (jajka, gorczyca)

Kompot z owoców mieszanych 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

16.12.2025
Wtorek

Obiad I

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml

Składniki: woda makaron pszenny bezjajeczny koncentrat pomidorowy, 30% marchew Śmietana 18% (mleko) kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała liść laurowy ziele angielskie pieprz

Karkówka w sosie własnym 150g

Składniki: wieprzowina karkówka woda olej rzepakowy cebula mąka pszenna, typ 450 sól biała pieprz

Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana

Ogórek kiszony 100g

Kompot jabłkowo-porzeczkowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

17.12.2025
Środa

Obiad I

Rosół drobiowy z makaronem 300ml

Składniki: woda kurczak, tuszka marchew makaron pszenny bezjajeczny wołowina szponder pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Pieczeń wieprzowa rzymska 135g

Składniki: wieprzowina łopotka bułki pszenne zwykłe cebula jaja kurze całe olej rzepakowy bułka tarta (pszenica)

Kasza gryczana, gotowana 150g

Surówka z ogórkiem 120g

Składniki: kapusta biała por jogurt grecki (mleko)

Kompot porzeczkowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

18.12.2025
Czwartek

Obiad I

Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml

Składniki: ziemniaki ogórek kiszony marchew Śmietana 18% (mleko) kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki wieprzowina zeberka sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Kurczak w sosie słodko-kwaśnym 135g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry ananas, plastyry w syropie papryka czerwona olej rzepakowy cebula koncentrat pomidorowy, 30% mąka pszenna, typ 450

Ryz biały, gotowany 100g

Surówka z porem 100g

Składniki: kapusta biała marchew jabłko por majonez (jajka, gorczyca)

Kompot wieloowocowy 200ml

Składniki: Śliwki bez pestek, mrożone truskawki, mrożone wiśnie bez pestek, mrożone cukier porzeczki czarne, mrożone

19.12.2025
Piątek

Obiad I

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 300ml

Składniki: woda ziemniaki szczaw konserwowy jaja kurze całe marchew Śmietana 12% (mleko) mięso z ud kurczaka, bez skóry pietruszka, korzeń seler korzeniowy por sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Chleb pszenny

Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Koreczki rybne pieczone 100g

Składniki: filet z ryby mielony, mąka pszenna, jajko, , olej, przyprawy (pszenica, ryba, jajka)

Ziemniaki z koperkiem 120g

Składniki: ziemniaki koperk

Surówka zdrowa 120g

Składniki: kapusta biała marchew jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko) majonez (jajka, gorczyca)

Kompot z owoców mieszanych 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

Obiad II

Barszcz ukraiński z ziemniakami 300ml

Składniki: woda burak ziemniaki, późne fasola biała, nasiona suche kurczak, tuszka marchew kapusta biała Śmietana 18% (mleko) pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała pieprz ziele angielskie liść laurowy

Chleb pszenno-żytni

Składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, naturalny wysuszony zakwas żytni, sól

Łazanki z kapustą kiszoną 250g

Składniki: kapusta kiszona makaron pszenny bezjajeczny cebula pieczarki świeże olej rzepakowy sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie kmin rzymski

Obiad II

Zupa pomidorowa z makaronem 300ml

Składniki: woda makaron pszenny bezjajeczny koncentrat pomidorowy, 30% marchew Śmietana 18% (mleko) kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała liść laurowy ziele angielskie pieprz

Naleśniki z twarogiem i smietanką 200g

Składniki: mleko krowie, 2% tłuszczu mąka pszenna, typ 450 ser twarogowy półtłusty (mleko) śmietana 18 % jaja kurze całe cukier olej rzepakowy

Obiad II

Rosół drobiowy z makaronem 300ml

Składniki: woda kurczak, tuszka marchew makaron pszenny bezjajeczny wołowina szponder pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Placki ziemniaczane 125g

Składniki: ziemniaki, późne cebula mąka pszenna, typ 450 jaja kurze całe olej rzepakowy

Śmietana 18% (mleko)

Surówka z ogórkiem 90g

Składniki: kapusta biała por jogurt grecki (mleko)

Obiad II

Zupa ogórkowa z ziemniakami 300ml

Składniki: ziemniaki ogórek kiszony marchew Śmietana 18% (mleko) kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy por natka pietruszki wieprzowina zeberka sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Leniwe ze śmietana 300g

Składniki: ziemniaki, późne ser twarogowy półtłusty (mleko) Śmietana 18% (mleko) mąka pszenna, typ 450 jaja kurze całe skrobia ziemniaczana olej rzepakowy

Surówka z porem 100g

Składniki: kapusta biała marchew jabłko por majonez (jajka, gorczyca)

Obiad II

Zupa szczawiowa z ziemniakami i jajkiem 300ml

Składniki: woda ziemniaki szczaw konserwowy jaja kurze całe marchew Śmietana 12% (mleko) mięso z ud kurczaka, bez skóry pietruszka, korzeń seler korzeniowy por sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Chleb pszenny

Składniki: mąka pszenna, woda, sól, olej, drożdże, cukier

Pierogi z serem I śmietaną 300g

Składniki: mąka pszenna, typ 450 ziemniaki ser twarogowy półtłusty (mleko) masło ekstra (mleko) jaja kurze całe sól biała śmietana 18 % tłuszczu (mleko)

Kompot z owoców mieszanych 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

Kompot jabłkowo-porzeczkowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

Kompot porzeczkowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

Kompot wieloowocowy 200ml

Składniki: Śliwki bez pestek, mrożone truskawki, mrożone wiśnie bez pestek, mrożone cukier porzeczki czarne, mrożone

