

Alergeny zostały wyróżnione na jadłospisie poprzez podkreślenie.

JADŁOSPIS SZKOŁA 3T



Restauracja & Caffè Club
 ***** Catering *****
 ul. Szwedzka 24a, Zamość
 tel. 84 639 43 55
 tel. 781 951 299, 781 781 111
 www.smakstory.pl www.cateringzamosc.pl

02.06.2024

Poniedziałek

Obiad I

Rosół drobiowy z makaronem 300ml

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

Pieczeń wieprzowa rzymska 125g

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

Kasza gryczana, gotowana 150g

Ogórek kiszony 90g

Kompot wieloowocowy z porzeczką 200ml

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

Obiad II

Rosół drobiowy z makaronem 300ml

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

Placki ziemniaczane 225g

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

Śmietana 18% (mleko)

Ogórek kiszony 90g

Kompot wieloowocowy z porzeczką 200ml

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

03.06.2025

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

Pulpeciki z piersi kurczaka w sosie 150g

Składniki: mięso z piersi kurczaka, bez skóry, śmietana 12% (z mleka), jaja kurze całe, cebula, mąka pszenna, typ 450, bułki pszenne zwykłe(mąka pszenna, woda, drożdże, sól, cukier), koperek, sól biała, pieprz ziółowy

Kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 175g

Surówka z ogórków kiszonych i marchewki 100g

Składniki: kapusta biała marchew ogórek kiszony por cebula olej rzepakowy

Kompot z owoców mieszanych 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

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

Leniwe z sosem jogurowo-truskawkowym 250g

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

Kompot z owoców mieszanych 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

04.06.2025

Środa

Obiad I

Zupa grochowa 300ml

Składniki: woda ziemniaki groch,marchew kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy natka pietruszki por 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 150g

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

Ryż biały, gotowany 100g

Surówka wiosenna 100g

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

Kompot owocowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

Obiad II

Zupa grochowa 300ml

Składniki: woda ziemniaki, groch , marchew(mleko) kurczak, tuszka pietruszka, korzeń seler korzeniowy natka pietruszki por sól biała pieprz liść laurowy ziele angielskie

Chleb pszenno-żytni

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

Naleśniki z twarogiem 200g

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

Kompot owocowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

05.06.2025

Czwartek

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

Kotlet schabowy 100g

Składniki: wieprzowina schab surowy bez kości bułka tarta (pszenica) olej rzepakowy jaja kurze całe

Ziemniaki gotowane z koperkiem z 175g

Składniki: ziemniak, koperek,i sól biała

Surówka meksykańska 120g

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

Kompot porzeczkowy 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

Makaron ze szpinakiem w sosie śmietanowym 300g

Składniki: makaron pszenny bezjajeczny szpinak, mrożony Śmietana 18% (mleko) cebula olej rzepakowy czosnek sól biała pieprz

Kompot porzeczkowy 200ml

Składniki: woda porzeczki czarne, mrożone cukier

06.06.2025

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

Paluszki rybne pieczone 100g

Składniki: paluszki rybne mrożone (pszenica, ryba)

Ziemniaki 120g

Składniki: ziemniaki koperek

Surówka zdrowa 90g

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

Kompot owocowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

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 kaszą 250g

Składniki: mąka pszenna, typ 450 ziemniaki , kasza gryczana ,ser twarogowy półtłusty (mleko), gotowana masło ekstra (mleko) jaja kurze całe sól biała

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (mleko)

Kompot owocowy 200ml

Składniki: woda mieszanka owocowa, mrożona cukier

