

## GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA SZKÓŁ

### PONIEDZIAŁEK 02/ 02/ 26 r.

Pierogi z twarogiem i ziemniakami z delikatną okrasą z cebuli, surówka z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy 440 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda, sól), ziemniaki, **twaróg** półtłusty (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), biała kapusta, ogórek kiszony (może zawierać **gorczycę**), kukurydza, cebula, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), papryka czerwona słodka, sól, pieprz



### WTOREK 03/ 02/ 26 r.

Kurczak z warzywami w sosie napolii z kolorowym makaronem fusilli, surówka z marchewki i jabłka 422 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, makaron **pszenny** fusilli, marchew, sos napolii (pomidory w puszcze, cebula, czosnek, oliwa, zioła prowansalskie, pieprz, sól), jabłko prażone, mąka ziemniaczana, **seler**, por, oliwa z oliwek, korzeń pietruszki, imbir, sok z cytryny, sól, pieprz



### ŚRODA 04/ 02/ 26 r.

Pancakes z cukrem pudrem (osobno) 517 kcal

Składniki: mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, olej roślinny rzepakowy, cukier puder, sól



### CZWARTEK 05/ 02/ 26 r.

Kula drobiowa z ziemniakami puree, surówka z buraczków 477 kcal

Składniki: mięso mielone z kurczaka, ziemniaki, buraki, cebula, mąka **pszenna**, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), czosnek, sok z cytryny, sól, pieprz



### PIĄTEK 06/ 02/ 26 r.

Paluszki rybne Frosta z fileta z mintaja z ziemniakami puree, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną 407 kcal

Składniki: filet z **mintaja**, ziemniaki, kapusta czerwona, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, panierka sypka (mąka **pszenna**, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże), **jaja**, żurawina, sok z cytryny, sól, pieprz

## UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

## GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA SZKÓŁ

### PONIEDZIAŁEK 09/ 02/ 26 r.

Spaghetti bolognese z mięsem wieprzowo-wołowym 439 kcal

Składniki: mięso wieprzowe, makaron **pszenny**, mięso wołowe, koncentrat pomidorowy (zaw. ekstraktu- nie mniej niż 32%), czosnek, olej rzepakowy, tymianek, oregano, sól, pieprz

### WTOREK 10/ 02/ 26 r.

Nuggetsy drobiowe z ziemniakami puree, surówka z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy 442 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ziemniaki, biała kapusta, ogórek kiszony (może zawierać **gorczycę**), kukurydza, koperek, **mleko**, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **jaja**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), sok z cytryny, sól, pieprz

### ŚRODA 11/ 02/ 26 r.

Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno) 517 kcal

Składniki: mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, cukier puder, sól

### CZWARTEK 12/ 02/ 26 r.

Pierś panierowana z ziemniakami puree. surówka z buraczków 478 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ziemniaki, buraki, **jaja**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), **masło** (śmietanka pasteryzowana- z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), koperek, sok z cytryny, sól, pieprz

### PIĄTEK 13/ 02/ 26 r.

Medaliony z mintaja z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z selera z rodzynkami 469 kcal

Składniki: filet z **mintaja**, ziemniaki, **seler**, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), rodzynki, **jaja**, sok z cytryny, sól, pieprz

## UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

## GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA SZKÓŁ

### PONIEDZIAŁEK 16/ 02/ 26 r.

Kopytka w sosie pieczeniowym, fasolka szparagowa gotowana na parze 440 kcal

Składniki: mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, fasolka szparagowa, sos pieczeniowy (wywar, łopatka wieprzowa, cebula, mąka ziemniaczana, ziele angielskie, pieprz, sól, papryka czerwona słodka), **jaja**, pieprz, sól



### WTOREK 17/ 02/ 26 r.

Pulpet drobiowy w sosie koperkowym, ryż paraboliczny, surówka z białej kapusty i ogórka świeżego 460 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ryż paraboliczny, biała kapusta, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), ogórek świeży, kukurydza, **śmietana** (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), cebula, koper, mąka **pszenna**, **jaja**, czosnek, sok z cytryny, sól, pieprz



### ŚRODA 18/ 02/ 26 r.

Kluski leniwe z twarogiem/ sos jogurtowy (osobno) 440 kcal

Składniki: **twaróg** półtłusty (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), mąka **pszenna**, mąka ziemniaczana, **jogurt** naturalny (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), cukier wanilinowy, **jaja**, sól



### CZWARTEK 19/ 02/ 26 r.

Gołąbki wieprzowe w sosie pomidorowym z ziemniakami puree 478 kcal

Składniki: mięso wieprzowe, ziemniaki, kapusta, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz) ryż, przecier pomidorowy (zaw. ekstraktu nie mniej niż 32%), **mleko**, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), mąka **pszenna**, oregano, tymianek, **śmietana** (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), sól, pieprz



### PIĄTEK 20/ 02/ 26 r.

Paluszki rybne Frosta z fileta z mintaja z ziemniakami puree, surówka z buraczków 407 kcal

Składniki: filet z **mintaja**, ziemniaki, buraki, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, panierka sypka (mąka **pszenna**, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże), **jaja**, sok z cytryny, sól, pieprz

## UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem

## GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA SZKÓŁ

### PONIEDZIAŁEK 23/ 02/ 26 r.

Pierogi z mięsem z delikatną okrasą z cebulki, marchewka duszona 440 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda, **jaja**, sól), mięso wieprzowe, marchewka, olej rzepakowy, cebula, papryka czerwona, sok z cytryny, sól, pieprz



### WTOREK 24/ 02/ 26 r.

Sznyce drobiowe z ziemniakami puree, surówka wiosenna 460 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, ziemniaki, biała kapusta, marchew, **jaja**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), **mleko**, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), koperek, sok z cytryny, sól, pieprz



### ŚRODA 25/ 02/ 26 r.

Naleśnik z twarogiem (sos jogurtowy osobno) 527 kcal

Składniki: naleśnik (mąka **pszenna**, **mleko**, **jaja**, sól), **twaróg półtłusty** (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), **jogurt naturalny** (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), cukier waniliowy, olej rzepakowy



### CZWARTEK 26/ 02/ 26 r.

Gulasz wieprzowy z marchewką i groszkiem, kasza gryczana, surówka z buraczków 477 kcal

Składniki: kasza gryczana, mięso wieprzowe, buraki, wywar (woda, korpus z kurcz, march, por, **seler**, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), groszek zielony, marchewka, olej rzepakowy, papryka mielona czerwona, czosnek, sok z cytryny, sól, pieprz



### PIĄTEK 27/ 02/ 26 r.

Kotlecik z łososia z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z selera z rodzynkami 497 kcal

Składniki: filet z **łososia**, ziemniaki, **seler**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), **jaja**, rodzynki, **mleko**, **masło** (śmietanka pasteryzowana, zaw. Tłuszcz mlecznego 82%), zielona pietruszka, koperek, sok z cytryny, cukier, sól, pieprz

## UWAGI

Z uwagi na dostępność oraz sezonowość niektórych produktów np. Owoce – podwieczorki dopuszcza się możliwość zmiany menu.

Gramatury wyliczone wg zapotrzebowania na energię dla szkolnej grupy wiekowej:

zupy do 300 ml/ os, Danie główne (skrobia od 120 do 150 gr/ os, mięso/ ryba od 100 do 150 gr/ os, surówka

Od 120 do 150 gr/ os.), dania mączne (naleśniki, pierogi, kluski) do 200-250 gr/ os, sosy do 20 gr/ os, deser 80 gr do 200 gr/ os

Alergeny znajdują się w składnikach dań **wytłuszczonym** drukiem