

GASTROHOUSE – NAJLEPSZY KATERING DLA SZKÓŁ


PONIEDZIAŁEK 06/ 04/ 26 r.

PONIEDZIAŁEK WIELKANOCNY


WTOREK 07/ 04/ 26 r.

Potrąwka z kurczaka z ryżem parabolicznym z marchewką, fasolką szparagową, kukurydzą i groszkiem 422 kcal

Składniki: mięso drobiowe, ryż paraboliczny, fasolka szparagowa, marchew, groszek, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, seler, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), kukurydza, papryka czerwona słodka, cukier, sok z cytryny, zielona pietruszka, pieprz, sól


ŚRODA 08/ 04/ 26 r.


Placuszki z jagodami (cukier puder osobno) 440 kcal

Składniki: mąka **pszenna**, **maślanka** (**maślanka**, **mleko**, żywe kultury bakterii mlekowych), **jaja**, jagoda, olej roślinny rzepakowy, cukier puder, sól


CZWARTEK 09/ 04/ 26 r.

Pułpet drobiowy w sosie pomidorowym z kaszą pęczak, surówka z buraczków 460 kcal

Składniki: pierś z kurczaka, kasza **pęczak**, buraki, wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, seler, korzeń pietruszki, ziele angielskie, liść laurowy), koncentrat pomidorowy (zaw. ekstraktu – nie mniej niż 32%), **śmietana** (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), cebula, mąka **pszenna**, **jaja**, czosnek, sok z cytryny, sól, pieprz


PIĄTEK 10/ 04/ 26 r.

Nuggetsy z mintaja z ziemniakami puree, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną 407 kcal

Składniki: filet z **mintaja**, ziemniaki, czerwona kapusta, **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, mąka **pszenna**, mąka kukurydziana, drożdże, sól, **jaja**, żurawina, olej rzepakowy, 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 13/ 04/ 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, cukier, bazylija, oregano, sól, pieprz

WTOREK 14/ 04/ 26 r.

Pierś panierowana z ziemniakami puree. surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzy, kiszzonego ogórka i zielonej pietruszki 504 kcal

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

ŚRODA 15/ 04/ 26 r.

Pierogi z twarogiem i truskawkami / sos jogurtowo waniliowy (osobno) 440 kcal

Składniki: ciasto (mąka **pszenna**, woda, sól), **ser twarogowy półtłusty** (**mleko** pasteryzowane, kultury bakterii), **jogurt naturalny** (**mleko** pasteryzowane, żywe kultury bakterii jogurtowych, Lactobacillus acidophilus, Bifidobacterium lactis), truskawki, cukier waniliowy, sól

CZWARTEK 16/ 04/ 26 r.

Roladka drobiowa z warzywami w sosie śmietanowo- koperkowym z ryżem parabolicznym, surówka z buraczków 442 kcal

Składniki: mięso z kurczaka, ryż paraboliczny, buraki, warzywa ogrodowe (marchew, **seler**, por, korzeń pietruszki), wywar (woda, korpus z kurczaka, marchew, por, **seler**, korzeń pietruszki), **śmietana** (z **mleka**, kultury bakterii fermentacji mlekowej), koper, mąka **pszenna**, ziele angielskie, liść laurowy, cebula, sól, pieprz

PIĄTEK 17/ 04/ 26 r.

Paluszki rybne Frosta z fileta z mintaja z ziemniakami puree i koperkiem, surówka z marchewki i jabłka 407 kcal

Składniki: filet z **mintaja**, ziemniaki, marchew, jabłko, panierka sypka (mąka **pszenna**, sól, papryka mielona, kurkuma, drożdże), **masło** (**śmietanka** pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, żurawina, sok z cytryny, koper, 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 20/ 04/ 26 r.

Kluski śląskie w sosie pieczeniowym, fasolka szparagowa gotowana na parze 440 kcal
Składniki: ziemniaki, fasolka szparagowa zielona, mąka ziemniaczana, jaja, łopata wieprzowa, cebula, mąka **pszenna**, papryka słodka, sól, pieprz

WTOREK 21/ 04/ 26 r.

Kurczak z warzywami w sosie napolii z kolorowym makaronem fusilli, surówka z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy 422 kcal
Składniki: pierś z kurczaka, makaron **pszenny** fusilli, marchew, sos napolii (pomidory w puszcze, cebula, czosnek, oliwa, zioła prowansalskie, pieprz, sól), kapusta biała, ogórek kiszony (może zawierać **gorczycę**), kukurydza, mąka **pszenna**, **seler**, por, oliwa z oliwek, korzeń pietruszki, imbir, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 22/ 04/ 26 r.

Naleśniki 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 23/ 04/ 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 24/ 04/ 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 27/ 04/ 26 r.

Pierogi z twarogiem i ziemniakami z delikatną okrasą z cebuli, surówka wiosenna z białej kapusty, ogórka kiszzonego i kukurydzy 429 kcal

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

WTOREK 28/ 04/ 26 r.

Eskalopki drobiowe z groszkiem i marchewką, ziemniaki puree z koperkiem, surówka z czerwonej kapusty z żurawiną 470 kcal

Składniki: mięso mielone drobiowe, ziemniaki, kapusta czerwona, groszek, marchew, **jaja**, **bulka tarta** (mąka **pszenna**, drożdże, sól), **masło** (śmietanka pasteryzowana z **mleka**, zaw. tłuszczu mlecznego 82%), **mleko**, żurawina suszona, sok z cytryny, sól, pieprz

ŚRODA 29/ 04/ 26 r.

Racuchy z cukrem pudrem (cukier osobno) 517 kcal

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

CZWARTEK 30/ 04/ 26 r.

Gulasz meksykański z mięsem wieprzowym, kukurydzą, papryką trio i fasolką szparagową, kasza bulgur, surówka z buraczków 477 kcal

Składniki: kasza **bulgur**, mięso wieprzowe mielone, buraki, fasolka szparagowa, papryka trio, kukurydza, wywar (woda, korpus z kurcz, march, por, **seler**, korzeń pietr, ziele angielskie, liść laurowy), mąka **pszenna**, oliwa z oliwek, papryka mielona, czosnek, sok z cytryny, sól, pieprz

PIĄTEK 01/ 05/ 26 r.

ŚWIĘTO PRACY

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