



ISOQAR
REGISTERED
Numer Certyfikatu 10135




24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne			podwieczorek			
WTOREK 01.10.2024	płatki kukurydziane na mleku	220g	zupa krem z buraczków	zupa krem z buraczków	zupa krem z buraczków	250g	250g	tosty z pieczywa ziarnistego ser szynka papryka	2szt		
	pieczywo mieszane	30g	udziec z indyka w śmietanowym sosie	udziec z indyka w śmietanowym sosie	warzywa w sosie śmietanowym	90g+60 sos	70g+30sos				
	masło, sałata	8g	kasza bul gur	ryż	kasza bul gur	150g	100g				
	serek biały z rzodkiewką	20g	surówka z selera i marchewki/ brokuły z kompot /woda z cytryną	surówka z selera i marchewki/ brokuły z masełkiem	surówka z selera i marchewki/ brokuły z kompot /woda z cytryną	150g	100g			herbata	200ml.
	szynka wieprzowa	20g		kompot /woda z cytryną	kompot /woda z cytryną	250ml	250ml.				
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9				1,3,6,7,10,12				
ŚRODA 02.10.2024	kawa inka na mleku	200ml.	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem bezglutenowym	bulion warzywny	250g	250g	ciasto marchewkowe	100g		
	pieczywo mieszane	20g	kotlet schabowy tradycyjny ziemniaki	kotlet schabowy tradycyjny bezglutenowy ziemniaki	kotlet sojowy	90g	70g	polane czekoladą	200ml.		
	masło	5g	buraczki zasmażane na maśle klarowanym /sałatka z kapusty pekińskiej	buraczki na ciepło /sałatka z kapusty pekińskiej	ziemniaki buraczki zasmażane na maśle klarowanym /sałatka z kapusty pekińskiej	150g	100g	herbata			
	sałata	3g				BO	BO				
	zawijana szynka wieprzowa z warzywami ser żółty	30g	Kompot-herbata owocowa	Kompot-herbata owocowa		250ml	250ml				
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9				1/3/6/7/10				
 CZWARTEK 03.10.2024	musli na mleku	220g	zupa brokułowa	zupa brokułowa bez jogurtu	zupa brokułowa	250g	250g	gofry z owocami	1szt		
	pieczywo mieszane	30g	Spaghetti z kurczakiem i pieczarkami	Spaghetti z kurczakiem i pieczarkami	spaghetti z sosem pomidorowym	90g	70g	i jogurtem	200ml.		
	masło	5g	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa żółta	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa żółta	mix sałat z pomidorami i marchewką/ fasolka szparagowa żółta	BO	BO	herbata miętowa			
	sałata	3g	kompot \ herbata	kompot \ herbata	kompot \ herbata	250ml	250ml				
	ser biały z pomidorami herbata	50g 200ml.									
poledwica	20g										
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9				1/3/6/7/10				
	płatki owsiane na mleku	220g	pomidorowa z ryżem	pomidorowa z ryżem bez jogurtu	pomidorowa z ryżem	250g	250g	bruschetta na bułce pełnoziarnistej	100g		
	pieczywo mieszane	30g	paluszki rybne	filet rybny w panierce BG	kotlet jajeczny z serem	120g	100g	sok tłoczony jabłko - wiśniowo	150ml.		
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki	ziemniaki	150g	100g				
	pasta jajeczna ze szczypiorkiem	30g	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	surówka coleslaw/ bukiet warzyw	BO	BO				
	rzodkiewka	20g									

PIĄTEK 04.10.2024	dżem 1/3/6/7/11	Kompot/woda z cytryną	Kompot/woda z cytryną 1/3/6/7/9/4	Kompot/woda z cytryną	250ml.	250ml.	1/3/6/7/10	
------------------------------------	--------------------	-----------------------	--------------------------------------	-----------------------	--------	--------	------------	--



24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne	Duże	Małe	podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 07.10.2024	Płatki miodowe na mleku	220ml	kapuśniak z kapusty kiszzonej i koperkiem	kapuśniak z kapusty kiszzonej i koperkiem	kapuśniak z kapusty kiszzonej i koperkiem	250g	250g	bułeczka maślana	
	pieczywo mieszane	30g	kluski śląskie z mięsem	kluski śląskie z mięsem	kluski śląskie z farszem serem	280g	180g	z serkiem białym	100g
	masło/ sałata	8g	surówka z buraczków	surówka z buraczków	surówka z buraczków	100g	75g	koktajl truskawkowy	200ml.
	ser żółty	3g	Kompot/herbata zimowa z Goździkami i pomarańczą	Kompot/herbata zimowa z Goździkami i pomarańczą	Kompot/herbata zimowa z Goździkami i pomarańczą	BO	BO		
	południca drobiowa (75% mięsa) rzodkiewka	50g				250ml.	250ml.		
herbata mietowa									
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	
WTOREK 08.10.2024	Kawa inka na mleku	200ml.	Zupa kalafiorowa	Zupa kalafiorowa bez śmietany	Zupa kalafiorowa	250g	250g		
	pieczywo mieszane	30g	Klopsiki wieprzowe z sosem pomidorowym	Klopsiki wieprzowe z sosem pomidorowym	kulki ziemniaczane panierowane	120g	100g	bagietka zapiekana z serem czunka narywka	100g
	masło/ sałata	3g	kasza gryczana	kasza gryczana		60g	30g		
	szynka drobiowa	20g	bukiet warzyw/mix sałat	bukiet warzyw/mix sałat		150g	100g	herbata malinowa	200ml.
	pasta jajeczna ze szczypiorkiem	30g	kompot/herbata z cytryną			BO	BO		
pomidory	20g				250ml.	250ml.			
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	
ŚRODA 09.10.2024	kakao	200g	barszcz czerwony zabieleny z jajkiem	barszcz czerwony z jajkiem (bez śmietany)	barszcz czerwony zabieleny z jajkiem	250g	250g	placki brzoskwińowe z mąki kukurydzianej	100g
	papryka	20g	filet z kurczaka w cieście z dodatkiem natki	filet z kurczaka w cieście (bezglutenowe) z dodatkiem natki	cukinia w cieście	90g	70g	z cukrem pudrem i cynamonem	
	pieczywo mieszane	30g	ryż	ryż		150g	100g	herbata z miodem	200ml.
	masło/ sałata /pomidory	28g	surówka z białej kapusty / marchew mini	surówka z białej kapusty / marchew mini	surówka z białej kapusty / marchew mini	BO	BO		
	pasta humus żółta (z curry)	20g	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną	250ml.	250ml.		
szynka wieprzowa	20g								
herbata	200ml								
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1,3,6,7,10,12	

CZWARTEK 10.10.2024	Kasza manna na mleku	220g	krupnik tradycyjny	krupnik tradycyjny	krupnik tradycyjny	250g	250g	kolorowe kanapki (z warzywami, pasta z rzodkiewka jajkiem,)	100g
	pieczywo mieszane	30g	gulasz węgierski	gulasz węgierski	gulasz - papryka, cukinia	200g	160g		
	masło	3g	placki ziemniaczane	placki ziemniaczane	ciecierzyca	230g	180g		
	sałata	3g	surówka z ogórka kiszzonego/ kalafior	surówka z ogórka kiszzonego/ kalafior		BO	BO	kisiel z owocami- jabłko do picia	200ml.
	sałatka z ryżu i warzyw z kurczakiem		ziemniaki z wsi Ciszycza zbierane przez klasy 3E oraz 3F	ziemniaki z wsi Ciszycza zbierane przez klasy 3E oraz 3F		250ml.	250ml.		
			kompot/woda smakowa						
	1/3/6/7/11	1/3/6/7/9						1,3,6,7,10,12	
PIĄTEK 11.10.2024	płatki kukurydziane na mleku	200ml	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem bez śmietany	zupa pomidorowa z makaronem	250g	250g	ryż zapiekany z	100g
	pieczywo mieszane	30g	filet rybny	filet rybny	makaron z sosem serowym	90g	70g	owocami i polewą jogurtowa	
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g		
	sałata	3g	surówka z kiszzonej kapusty / fasolka szparagowa	surówka z kiszzonej kapusty / fasolka szparagowa	surówka z kiszzonej kapusty / fasolka szparagowa	BO	BO	herbata owocowa	200ml.
	pasta z sera białego	50g	Kompot/woda z miętą i cytryna	Kompot/woda z miętą i cytryna		250ml	250ml		
Alergeny	1/3/6/7/11	1/3/6/7/9/4						1,6,7,10,12	

Jadłospis przygotowała Wioletta Zimochocka zgodnie z rozporządzeniem Ministra Zdrowia z dnia 24 czerwca 2015 roku i po zmianie z dnia 26 lipca 2016.



ISOQAR
REGISTERED
Numer Certyfikatu 10135




24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne			podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 14.10.2024	kakao na mleku	200ml	Zupa warzywna z zieloną fasolką i pomidorami	Zupa warzywna bez śmietany	Zupa warzywna	250g	250g	kielbaski zapiekane z serem	100g
	pieczywo	30g	pierogi chłopskie	pierogi chłopskie	pierogi ruskie	280g	180g	pieczywo mieszane	
	masło	5g	surówka z kapusty czerwonej i natką	surówka z kapusty czerwonej i natką	surówka z kapusty czerwonej i natką	BO	BO	herbata z sokiem	200ml.
	sałata	3g	herbata malinowa / kompot	herbata malinowa / kompot	herbata malinowa / kompot	250ml	250ml		
	indyk pieczony ogórek	20g 20g	TYLKO LESZCZYNOWA						
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
WTOREK 15.10.2024	płatki jęczmienne na mleku	220g	Domowy krupnik	Domowy krupnik	Domowy krupnik	250g	250g	racuchy serowe	100g
	pomidor	20g	makaron penne	makaron bezglutenowy		200g	150g	sok tłoczony	
	pieczywo mieszane	30g	gulasz wieprzowy	z gulaszem	gulasz warzywny	90g+60g sos	70g+30g	Jabłko- aronia	200ml.
	masło	5g	surówka z kapusty białej	surówka z kapusty białej	surówka z kapusty białej	BO	BO		
	sałata	3g	z ziołami/ mini marchewka	z ziołami/ mini marchewka	z ziołami/ mini marchewka	BO	BO		
	sałatka z kurczaka	80g	Kompot-woda z cytryną	Kompot-woda z cytryną		250ml	250ml.		
	herbata	200ml	1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
ŚRODA 16.10.2024	kawa inka na mleku	200ml	krem z pora bataty i kalafiora posypany natką pietruszki	krem z pora bataty i kalafiora posypany natką pietruszki	krem z pora bataty i kalafiora posypany natką pietruszki	250g	250g	tosty z pastą curry (z kurczaka papryka świeża)	100g
	pieczywo mieszane	30g	Medaliony z indyka	Medaliony z indyka	faszerowane pieczarki	90g	70g		
	masło/ sałata	8g	ryż	ryż		150g	100g		
	połudwica sopocka	20g	kalafior z brokułem/ mix sałat	kalafior z brokułem/ mix sałat		BO	BO	jogurt owocowy	200ml.
	pomidor	20g	kompot-woda z cytryną i miętą	kompot-woda z cytryną i miętą		250ml	250ml		
	sałatka z ryżem ananasem i kurczakiem		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	

CZWARTEK 17.10.2024	makaron gwiazdki na mleku	220g	Rosół z makaronem	Rosół z makaronem	bulion warzywny	250g	250g	rogalik z rokoka i szynka	100g 200ml.
	pieczywo mieszane	30g	schab karkowy pieczony	schab karkowy pieczony	curry warzywne z ziemniakami i warzywami	90g	70g	herbata miętowa z cytryna	
	sałata	3g	kasza kus kus	kasza jagłana	kasza kus kus	150g	100g		
	sałatka z tuńczyka i ryżu		surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem	surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem	surówka z pekińskiej /kapusta zasmażana z koperkiem	BO	BO		
	z dodatkiem warzyw	100g	kompot/ woda z pomarańczą	kompot/ woda z pomarańczą		250ml	250ml		
kielbasa szynkowa	20g								
1/3/6/7/11									
PIĄTEK 18.10.2024	kasza manna na mleku posypane borówkami	220g	Ryżanka z pomidorami	Ryżanka z pomidorami	Ryżanka z pomidorami	250g	250g	pana cotta z owocami (truskawki)	100g 200ml.
	rogalik maślany		kotlecik rybny	kotlecik rybny	zapiekanka makaronowa z warzywami) marchew. cukinia.	120g	100g	sok marchewkowy	
	dżem / serek waniliowy	100g	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g		
			surówka z białej kapusty / fasolka szparagowa	surówka z białej kapusty / fasolka szparagowa		BO	BO		
			kompot/ woda z miętą i moderm	kompot/ woda z miętą i moderm		250ml	250ml.		
Światowy dzień Owoców i warzyw 20.10.2024									
1/3/6/7/9/4/11									
1/6/7/11									



24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne			podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 21.10.2024	płatki ryżowe na mleku	220g	Zupa jarzynowa	Zupa jarzynowa	Zupa jarzynowa	250g	250g	pieczywo pełnoziarniste	100g 200ml.
	pieczywo mieszane	30g	naleśniki z serem i polewa jogurtowo- owocowa	naleśniki z mięsem	naleśniki z serem i polewa jogurtowo- owocowa	300g	250g	kiełbaski na ciepło	
	masło	5g	słupki warzywne (marchew, kalarepa..)	słupki warzywne (marchew, kalarepa..)	słupki warzywne (marchew, kalarepa..)	100g	75g	sałatka	
	sałata	3g				BO	BO	herbata miętowa	
	szynka wiejska	20g	kompot/ woda z cytryną i miętą	kompot/ woda z cytryną i miętą	kompot/ woda z cytryną i miętą	250ml	250ml		
	herbata z sokiem ogórek	200ml 20g							
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/10/11	
WTOREK 22.10.2024	płatki owsiane na mleku	200ml	zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki	zupa kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki bez jogurtu		250g	250g	czekoladowy makaron z truskawkami i jogurtem	100g
	pieczywo mieszane	30g	kotlety mielone wieprzowe ze szczyptą zdrowia - sosem pomidorowym	wieprzowe ze szczypta zdrowia - sosem pomidorowym	kulki z ciecierzycy z miętą	120g	100g	sok tłoczony jabłko- czarna porzeczka	200ml.
	masło	5g	kasza bulgur	kasza gryczana	kasza bulgur	150g	100g		
	szynka wieprzowa	20g	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	surówka z czerwonej kapusty/bukiet warzyw	BO	BO		
	jajko ze szczypiorkiem	30g	kompot-woda owocowa	kompot-woda owocowa	kompot-woda owocowa	250ml	250ml		
	papryka	20g							
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11	
ŚRODA 23.10.2024	kawa na mleku	200ml	zupa selerowa z ryżem	zupa selerowa z ryżem		250g	250g	kruche ciasto z jabłkiem	1szt
	pieczywo mieszane	30g	spaghetti	spaghetti	spaghetti	90g	70g		
	masło	5g	z sosem bolonese	z sosem bolonese bez sera	z warzywami i ciecierzyca, serem	150g	100g		
	sałata	3g	surówka z ogórka kiszzonego/ kalafior	surówka z ogórka kiszzonego/ kalafior	surówka z ogórka kiszzonego/ kalafior	BO	BO	jogurt bananowy	200ml.
	szynka drobiowa	30g	kompot-herbata	kompot-herbata	kompot-herbata	250ml	250ml		
	sałatka warzywna	20g							
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11	
CZWARTEK 24.10.2024	kulki kukurydziane na mleku	220g	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką pietruszki	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką bez śmietany pietruszki	zupa pieczarkowa z zacierkami i natką pietruszki	250g	250g	tosty z szynką serem i papryką świeżą	100g
	pieczywo mieszane	30g	filet z kurczaka panierowany ryż	filet z kurczaka panierowany ryż	kotlety z soczewicy ryż	90g 150g	70g 100g		
	masło	5g	buraczki surówka/ brokuł	buraczki surówka/ brokuł bez masła	buraczki surówka/ brokuł	BO	100g	herbata z sokiem z czarnej porzeczki	200ml.
	połędwica sopocka	20g	kompot/ woda z pomarańczami	kompot/ woda z pomarańczami	kompot/ woda z pomarańczami	250ml	250ml		
	sałatka jarzynowa	80g							
	szynka wieprzowa								
Alergeny	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9					1/3/6/7/11	

	herbata owocowa	200ml								
	1/3/6/7/11			1/3/6/7/9				1/3/6/7/11		
PIĄTEK	kakao naturalne na mleku	200ml	zupa pomidorowa z makaronem	zupa pomidorowa z makaronem bez jogurtu		250g	250g	deser z	100g	
	pieczywo	30g	filet rybny w cieście (dorsz)	filet rybny w cieście (dorsz)		90g	70g	kasza manna na gęsto z musem malinowym		
	masło	5g	ziemniaki	ziemniaki		150g	100g	herbata z miodem		200ml.
	sałata	3g	surówka z kiszonej kapusty/ kalafior	surówka z kiszonej kapusty/ kalafior		BO	BO			
	ser żółty/ pasta z sera białego ze szpinakiem	20g	kompot/ herbata z malinami	kompot/ herbata z malinami		250ml	250ml			
25.10.2024	1/3/6/7/11			1/3/6/7/9/4				1/3/6/7/11		



ISOQAR
REGISTERED
Numer Certyfikatu 10135





24 lat doświadczenia w cateringu



email: wiola@gastroteam.pl

Menu dla Szkoły Podstawowej nr 118

data	śniadanie		obiad	bezmleczna/ bezglutenowa	Wegetariańskie bez rybne			podwieczorek	
PONIEDZIAŁEK 28.10.2024	kawa inka na mleku	200ml	delikatna zupa szczawiowa z ziemniakami	zupa jarzynowa	delikatna zupa szczawiowa z ziemniakami	250g	250g	sandwich z kurczakiem pieczonym kapusta pekińska, papryka, ogórek i cebulka herbata malinowa	1szt 200ml.
	pieczywo	30g	pierogi z serem i	pierogi z owocami	pierogi z serem i	280g	180g		
	masło	5g	polewa jogurtowa	polewa owocowa	polewa jogurtowa				
	sałata	3g	surówka z marchewki z jabłkiem	surówka z marchewki z jabłkiem	surówka z marchewki z jabłkiem	BO	BO		
	szynka wieprzowa pomidor	20g 20g	woda owocowa / kompot	woda owocowa / kompot	woda owocowa /	250ml	250ml		
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9			1/3/6/7/10/11			
WTOREK 29.10.2024	płatki czekoladowe na mleku	220g	zupa zimowa dyniowa z imbirem	zupa zimowa dyniowa z imbirem	zupa zimowa dyniowa z imbirem	250g	250g	ciasteczka owsinę	30g
	pieczywo mieszane	30g	kurczak filet w chrupiącej panierce	kurczak filet w chrupiącej panierce	kotlet sojowy panierowany	90g	70g		200g
	masło/sałata	8g	ryż	ryż		150g	100g		
	pasta z łososia z serkiem i koperkiem	20g	marchew z groszkiem zasmażana/ sałata ze śmietaną	marchew z groszkiem zasmażana/ sałata z sosem winegret		150g	100g		
	szynka wieprzowa pomidory	20g 20g	woda smakowa / kompot	woda smakowa / kompot	woda smakowa / kompot	250ml	250ml	budyń czekoladowy z musem owocowym	
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9			1/3/6/7/10/11			
ŚRODA 30.10.2024	zupa mleczna z makaronem (kształt ryżu)	220g	zupa marchewkowa krem grzankami	zupa marchewkowa krem bez śmietany z grzankami	zupa marchewkowa krem z grzankami	250g	250g	chałka	30g
	pieczywo mieszane	30g	gulasz drobiowy	gulasz drobiowy	risotto z warzywami	180g	130g		150ml.
	masło, sałata	8g	kasza jęczmienna	kasza gryczana		100g	75g		
	indyk pieczony	30g	sałatka z ogórka kiszzonego\ warzywa z pary z bułeczka masłem	sałatka z ogórka kiszzonego\ warzywa z pary z bułeczka		100g	75g		
	sałatka z pomidorów	30g	kompot /woda z cytryną	kompot /woda z cytryną		BO	BO	budyń z polewa malinową	
herbata owocowa	200ml				250ml	250ml.			
	1/3/6/7/11		1/3/6/7/9			1/3/6/7/10/11			
	kakao	200g	barszcz ukraiński	barszcz ukraiński	barszcz ukraiński	250g	250g		

CZWARTEK 31.10.2024	pieczywo mieszane	30g	Taghiatelle z szynka wieprzową posypane rukolą pomidorkami koktajlowymi i serem	Taghiatelle z szynka wieprzową posypane rukolą pomidorkami koktajlowymi i serem	makaron z pomidorami i rukolą	280g	180g	bułeczka grahamka z	1szt
	masło/ sałata /pomidory	28g	kalafior/ surówka z kapusty pekińskiej	kalafior/ surówka z kapusty pekińskiej	kalafior/ surówka z kapusty pekińskiej	BO	BO	szynka, ogórek konserwowy, sałata, masło	
	pasta jajeczna	20g	woda smakowa	woda smakowa	woda smakowa			herbata owocowa	200ml.
	dżem truskawkowy	20g	/ kompot	/ kompot	/ kompot	250ml	250ml		
		1/3/6/7/11		1/3/6/7/9				1/3/6/7/10/11	