



## Zdrowy catering dla szkół i przedszkoli

ul. Ceglana 29 Kielce tel. 504263022

### Menu 10-14.07.2023 PÓLKOLONIE ŻEGLARSKIE ZALEW KIELCE

	MENU
PONIEDZIAŁEK	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa krem z białych warzyw z ziołowymi grzankami (350ml)1,7,9,</li><li>2. spaghetti bolognese (250g)1,3,7, domowy kompot owocowy (200ml)</li><li>3. Podwieczerek: Jogurt owocowy (150ml)7, pałki kukurydziane</li></ol>
WTOREK	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa kapuśniak z młodej kapusty (350ml) 9,</li><li>2. stripsy z kurczaka (100g), ryż słoneczny (150g), mizeria w sosie śmietanowo – ziołowym (100g) 1,3,7, domowy kompot owocowy (200ml)</li><li>3. Podwieczerek: chałka z rodzynkami (50g)1,3,7,</li></ol>
ŚRODA	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa jarzynowa (350ml) 7,9,</li><li>2. Pierogi z truskawkami polane słodką śmietanką (150g) 1,3,7 domowy kompot owocowy (200ml)</li><li>3. Podwieczerek: baton, owoc sezonowy (100g)</li></ol>
CZWARTEK	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa z czerwonej soczewicy (350ml)9,</li><li>2. gołąbek włoski w sosie pomidorowym (150g) kasza jęczmienna (150g), domowy kompot owocowy (200ml)</li><li>3. Podwieczerek: mus owocowo - jogurtowy</li></ol>
PIĄTEK	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Zupa rosół z makaronem na wywarze z kaczka (350ml) 1,3,9</li><li>2. paluszki rybne Frosta (100g)1,3,4, ziemniaki młode gotowane z wody z koperkiem (150g), surówka z kapusty kiszanej (100g), domowy kompot owocowy (200ml)</li><li>3. Podwieczerek: rogalik maślany (1 sztuka) 1,3, owoc sezonowy (100g)</li></ol>

## SMACZNEGO

### Legenda – alergeny:

1 – zboża zawierające gluten

3 – jaja i produkty pochodne

4 – ryby

7 – mleko i produkty pochodne łącznie z laktozą

9 - seler