KUCHNIA
CATERINGOWA

M E N U O B I A D O W E - OD 02.09 DO 30.09 dieta wegetariańska

PIĄTEK 02.09

Zupa: *Krem z białych warzyw ze świeżą natką pietruszki i grzankami razowymi /1,9/*
Drugie danie: *Makaron spaghetti /1/ z sosem neapolitańskim bazylią i tartą mozzarellą /7/*
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Babka marmurkowa /1,3/

PONIEDZIAŁEK 05.09

Zupa: *Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem /9/*
Drugie danie: *Domowe chilli -marchewka, dynia, czerwona fasolka, kukurydza brązowa soczewica ryż jaśminowy dip jogurtowy /7/*
Napój: Lemoniada rabarbarowa
Deser: Jogurt grecki z biszkoptami i musem wiśniowym /1,7/ Jabłko

WTOREK 06.09

Zupa: *Ogórkowa z ziemniakami i koperkiem zabielona /7,9/*
Drugie danie: *Kotlet warzywno-jaglany /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ mizeria z ogórków i rzodkiewek /7/*
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Ciasto drożdżowe ze śliwkami i kruszonką /1,3,7/

ŚRODA 07.09

Zupa: *Rosół wegetariański z jarzynami makaronem jajecznym i natką pietruszki /1,3,9/*
Drugie danie: *Kolorowe ratatouille /dynia, bakłażan, cukinia, papryka, marchewka, ziemniak / pyzy drożdżowe /1,7/ ogórek kiszony w słupkach*
Napój: Kompot wieloowocowy
Deser: Gruszka / Ciastko marchewkowe ze słonecznikiem /1,3/

CZWARTEK 08.09

Zupa: *Krem z zielonych warzyw ze śmietaną i grzankami razowymi /1,7,9/*
Drugie danie: *Pulpety z cieciorki /1,3/ w sosie pomidorowym kasza bulgur /1/surówka koperkowa z kukurydzą lekki dip ogórkowy na jogurcie naturalnym /7/*
Napój: Lemoniada
Deser: Brownie z kokosem i wiśniami /1,3/

PIĄTEK 09.09

Zupa: *Włoska zupa minestrone /9/*

Drugie danie: *Naleśniki /1,3,7/ twarożek truskawkowy /7/ mus bananowo-brzoskwiniowy*

Napój: Napar ziołowo-owocowy

Deser: Jogurtowe mango lassi z kardamonem i kurkumą/7/

PONIEDZIAŁEK 12.09

Zupa: Ryżowa na wywarze warzywnym z natką pietruszki /9/

Drugie danie: *Makaron spaghetti z pszenicy durum /1/ w sosie pomidorowym z porem marchewką i zielonym groszkiem ser gouda /7/*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Gruszka/ dwa wafelki kukurydziane

WTOREK 13.09

Zupa*: Szczawiowa z jajkiem i śmietanką /3,7,9/*

Drugie danie: *Kotlet z buraka i kaszy jaglanej z natką pietruszki /3/ gotowane ziemniaki z koperkiem surówka z kiszonej kapusty marchewki i jabłka*

Napój: Lemoniada jabłkowa

Deser: Drożdżówka z truskawką i kruszonką /1,3,7/

ŚRODA 14.09

Zupa: *Wielowarzywna z fasolką szparagową ziemniakami i kalafiorem /9/*

Drugie danie: *Gulasz warzywny z białą fasolką kasza pęczak z natką pietruszki /1/ surówka z buraczków*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Koktajl jogurtowy z bananem i leśnymi owocami /7/ Arbuz

CZWARTEK 15.09

Zupa: *Pomidorowa z makaronem farfalle i świeżą natką pietruszki /zabielana//7,9/*

Drugie danie: *Kotlet jajeczny ze szczypiorkiem/1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ surówka z białej kapusty jabłka i marchewki*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Szarlotka z cynamonową kruszonką /1,3/

PIĄTEK 16.09

Zupa: *Krem zmaniaczano –porowy z gałką muszkatołową i prażonymi pestkami dyni /7,9/*

Drugie danie: *Pancakes /1,3,7/ twarożek z brzoskwiniami /7/sos z owoców leśnych*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Kisiel owocowy z siemieniem lnianym/Jabłko

PONIEDZIAŁEK 19.09

Zupa: *Krem z pomidora marchewki dyni i pieczonej papryki ze śmietanką i tartą mozzarellą /7,9/*

Drugie danie: *Soczewica z warzywami w sosie mano-curry z mlekiem kokosowym ryż paraboliczny z natką pietruszki blanszowany brokuł mini marchewki*

Napój: Lemoniada owocowa

Deser: Banan / 2 herbatniki /1,3,7/

WTOREK 20.09

Zupa: *Wegetariański krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki /1,9/*

Drugie danie: *Kotlet z ciecierzycy i płatków owsianych /1,3/gotowane ziemniaczki baby z koperkiem mizeria z ogórków i rzodkiewki /7/*

Napój: Napar owocowo-ziołowy

Deser: Ciasto marchewkowe z żurawiną i ananasem /1,3/

ŚRODA 21.09

Zupa: *Barszcz ukraiński z białą fasolką i kapustą na wywarze warzywnym /zabielony /7,9/*

Drugie danie: *Makaron penne /1/ z sosem carbonara ze śmietaną natką pietruszki suszonymi pomidorami i tofu /3,7/*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Panna cotta z sosem truskawkowo-malinowym/7/

CZWARTEK 22.09

Zupa: *Rosół wegetariański z jarzynami makaronem jajecznym i natką pietruszki /1,3,9/*

Drugie danie: *Klopsy warzywne z czerwonej soczewicy i pieczarek /3/ duszone w sosie koperkowo-śmietanowym /7/ kasza gryczana surówka z kiszonego ogórka papryki czerwonej i jabłka*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Bułeczka cynamonowa /1,3,7/

PIĄTEK 23.09

Zupa: *Kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem /zabielona /7,9/*

Drugie danie: *Naleśniki /1,3,7/ mus z pieczonych jabłek z cynamonem serek waniliowy /7/*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Crumble owocowe pod kruszonką /1/

PONIEDZIAŁEK 26.09

Zupa: *Krem z białych warzyw i cukinii z koperkiem i razowymi grzankami /1,9/*

Drugie danie: *Gulasz warzywny z białą fasolką cukinią pomidorem i bakłażanem bulgur z natką pietruszki /1/ surówka z buraczków cebulki i marchewki*

Napój: Napar owocowo-ziołowy

Deser: Banan / 3 biszkopty /1,3,7/

WTOREK 27.09

Zupa: *Pomidorowa na wywarze warzywnym z ryżem jaśminowym i śmietanką /7,9/*

Drugie danie: *Pierogi ruskie /1,7/okraszane cebulką smażona kapusta kiszona*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Strucla z jabłkami śliwkami i cynamonem /1,3,7/

ŚRODA 28.09

Zupa: *Ogórkowa na wywarze mięsnym z ziemniakami koperkiem i śmietaną /7,9/ na wywarze warzywnym*

Drugie danie: *Kotlet z cukinii /1,3/ puree ziemniaczane z koperkiem /7/ kapusta modra z jabłkiem i natką pietruszki na ciepło*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasteczko kukurydziane ze słonecznikiem /3/

CZWARTEK 29.09

Zupa: *Kapuśniak ze słodkiej i kwaśnej kapusty na wywarze na wywarze warzywnym/9/*

Drugie danie: *Pulpety wegetariańskie z czerwonej fasolki w sosie pomidorowo-paprykowym ryż paraboliczny z warzywami i natką pietruszki surówka z pora jabłka i białej kapusty*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Ciasto owocowe na maślance z kruszonką /1,3,7/

PIĄTEK 30.09

Zupa: Zupa: *Krem z czerwonej soczewicy z pomidorami mlekiem kokosowym i curry /9/*

Drugie danie : *Burger z ciecierzycy i marchewki z kurkumą /1,3/ pieczone ziemniaczki dip koperkowy na jogurcie greckim/7/ surówka z kiszonej kapusty jabłka i marchewki*

Napój: Kompot wieloowocowy

Deser: Budyń czekoladowy z musem wiśniowym /7/

ALERGENY POKARMOWE WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1 *– Zboża zawierające gluten,* ***2*** *– Skorupiaki i produkty pochodne*
3 *– Jaja i produkty pochodne,* ***4*** *– Ryby i produkty pochodne,* ***5*** *– Orzeszki ziemne (arachidowe)*
6 *– Soja i produkty pochodne,* ***7*** *– Mleko i produkty pochodne,* ***8*** *– Orzechy,* ***9*** *– Seler i produkty pochodne,* ***10*** *– Gorczyca i produkty pochodne,* ***11*** *– Nasiona sezamu i produkty pochodne*
12 *– Dwutlenek siarki,* ***13*** *– Łubin,* ***14*** *– Mięczaki*