



JADŁOSPIS

05`2022

Szkoły Teresin

(Druckiego, XX-to lecia, Szkolna 25,
Szkolna 35, Budki Piaseckie, Paprotnia)

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek	
Wtorek	
Środa 04.05.2022	Krupnik z kaszy pęczak 400 ml. (136 kcal) Kurczak po chińsku 150 gr. (219 kcal) Makaron penne 150 gr. (236 kcal) Surówka z białej kapusty 150 gr. (116 kcal) Alergeny: gluten, białka mleka krowiego, soja, jaja
Czwartek 05.05.2022	Zupa jarzynowa 400 ml. (158 kcal) Jabłko prażone z cynamonem 100 gr. (88 kcal) Słodka śmietana 50 gr. (153 kcal) Ryż 150 gr. (180 kcal) Surówka z marchewki i jabłka 150 gr. (64 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, dwutlenek siarki i siarczyny
Piątek 06.05.2022	Zupa ogórkowa 400 ml. (108 kcal) Klopsiki rybne w sosie pomidorowym 150 gr. (177 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Gotowane brokuły 150 gr. (53 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, ryby, jaja, gluten



JADŁOSPIS

05`2022

Szkoły Teresin

(Druckiego, XX-to lecia, Szkolna 25,
Szkolna 35, Budki Piaseckie, Paprotnia)

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek 09.05.2022	Krem z ziemniaków, grzanki 400 ml. (214 kcal) Sos bolognese 150 gr. (153 kcal) Makaron spaghetti 150 gr. (231 kcal) Surówka z białej kapusty 150 gr. (116 kcal) Alergeny: gluten, białka mleka krowiego, jaja
Wtorek 10.05.2022	Zupa zacierkowa 400 ml. (261 kcal) Gulasz z szynki 150 gr. (279 kcal) Kasza pęczak 150 gr. (192 kcal) Surówka z czerwonej kapusty 150 gr. (153 kcal) Alergeny: gluten, jaja, białka mleka krowiego
Środa 11.05.2022	Zupa szczawiowa 400 ml. (247 kcal) Naleśniki z serem na słodko 2 szt. (525 kcal) Słodka śmietana 50 gr. (153 kcal) Surówka z marchewki i jabłka 150 gr. (64 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, gluten, jaja
Czwartek 12.05.2022	Zupa pomidorowa z makaronem 400 ml. (236 kcal) Sznycel ze schabu 150 gr. (264 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 gr. (75 kcal) Alergeny: seler,, białka mleka krowiego, gluten, jaja, rośliny strączkowe
Piątek 13.05.2022	Zupa brokułowa 300 ml. (112 kcal) Makaron świderki 150 gr. (220 kcal) Truskawki w śmietanie 150 gr. (95 kcal) Jabłko 1 szt. (103 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego



JADŁOSPIS

05`2022

Szkoły Teresin

(Druckiego, XX-to lecia, Szkolna 25,
Szkolna 35, Budki Piaseckie, Paprotnia)

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek 16.05.2022	Zupa koperkowa 400 ml. (132 kcal) Kurczak po chińsku z ananasem 150 gr. (219 kcal) Ryż 150 gr. (180 kcal) Surówka z białej kapusty 150 gr. (116 kcal) Alergeny: seler, soja, dwutlenek siarki i siarczyny, jaja, białka mleka krowiego
Wtorek 17.05.2022	Rosół z makaronem 400 ml. (216 kcal) Sznycel z kurczaka 150 gr. (237 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem 150 gr. (75 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego, jaja, rośliny strączkowe
Środa 18.05.2022	Zupa kalafiorowa 400 ml. (251 kcal) Pieczeń rzymska z jajem 150 gr. (224 kcal) Kasza gryczana 150 gr. (203 kcal) Gotowana marchewka 150 gr. (53 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, gluten, jaja
Czwartek 19.05.2022	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami 400 ml. (74 kcal) Pierogi leniwe 250 gr. (404 kcal) Klarowane masło z bułką 50 gr. (178 kcal) Mix sałat ze śmietaną 150 gr. (92 kcal) Alergeny: seler, gluten, jaja, białka mleka krowiego
Piątek 20.05.2022	Barszcz ukraiński 300 ml. (295 kcal) Ciecierzycza z warzywami i pomidorami 150 gr. (200 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Surówka z białej kapusty z ogórkiem kiszonym 150 gr. (99 kcal) Alergeny: seler, rośliny strączkowe, białka mleka krowiego



JADŁOSPIS

05`2022

Szkoły Teresin

(Druckiego, XX-to lecia, Szkolna 25,
Szkolna 35, Budki Piaseckie, Paprotnia)

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek 23.05.2022	Krem z pomidorów, groszek ptysiowy 400 ml. (186 kcal) Potrawka z kurczaka 150 gr. (126 kcal) Kasza kus kus 150 gr. (168 kcal) Surówka wielowarzywna 150 gr. (135 kcal) Alergeny: gluten, seler, jaja, białka mleka krowiego
Wtorek 24.05.2022	Barszcz biały z ziemniakami 400 ml. (208 kcal) Kotlet mielony z łopatki 150 gr. (255 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Zasmażana kapusta 150 gr. (129 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego, jaja
Środa 25.05.2022	Zupa z fasolką szparagową 400 ml. (136 kcal) Makaron 150 gr. (220 kcal) Mus owocowy 50 gr. (14 kcal) Ser biały 100 gr. (124 kcal) Surówka z marchewki z brzoskwinią 150 gr. (58 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego, dwutlenek siarki i siarczyny
Czwartek 26.05.2022	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml. (276 kcal) Domowe kopytka 200 gr. (455 kcal) Sos śmietanowo – pieczarkowy 100 gr. (84 kcal) Surówka z czerwonej kapusty 80 gr. (153 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, gluten, jaja
Piątek 27.05.2022	Zupa ogórkowa 400 ml. (108 kcal) Mintaj smażony 150 gr. (268 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Mix sałat z delikatnym sosem winegret 150 gr. (89 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, ryby, jaja, gluten



JADŁOSPIS

05`2022

Szkoły Teresin

(Druckiego, XX-to lecia, Szkolna 25,
Szkolna 35, Budki Piaseckie, Paprotnia)

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek 30.05.2022	Zupa brokułowa 400 ml. (112 kcal) Makaron spaghetti 150 gr. (231 kcal) Sos bolognese 150 gr. (153 kcal) Surówka coleslaw 150 gr. (117 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego, jaja
Wtorek 31.05.2022	Rosół z makaronem 400 ml. (216 kcal) Klopsiki drobiowe, sos własny 150 gr. (237 kcal) Kasza jęczmienna 150 gr. (185 kcal) Surówka z buraczków, cebuli i jabłka 150 gr. (84 kcal) Alergeny: seler, gluten, jaja