



JADŁOSPIS
12`2021
SZKOŁA TERESIN

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

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

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek	
Wtorek	
Środa 01.12.2021 rok.	Kapuśniak ze słodkiej kapusty z pomidorami 400 ml. (74 kcal) Klopsik drobiowy, sos koperkowy 150 gr. (130 kcal) Ryż 150 gr. (180 kcal) Surówka wielowarzywna 150 gr. (135 kcal) Alergeny: seler, jaja, gluten, białka mleka krowiego
Czwartek 02.12.2021 rok.	Zupa brokułowa 400 ml. (112 kcal) Sznycel drobiowy 150 gr. (237 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Gotowana marchewka 150 gr. (53 kcal) Alergeny: seler, jaja, gluten
Piątek 03.12.2021 rok.	Zupa szczawiowa 400 ml. (84 kcal) Domowe kopytka 250 gr. (455 kcal) Ciecierzycza z pomidorami 150 gr. (200 kcal) Sałata lodowa ze śmietaną 150 gr. (47 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, jaja, gluten, rośliny strączkowe



JADŁOSPIS

12`2021

SZKOŁA TERESIN

(Druckiego, XX 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 06.12.2021 rok.	Krem z białych warzyw, grzanki 400 ml. (199 kcal) Kurczak po chińsku z ananasem 150 gr. (219 kcal) Ryż 150 gr. (180 kcal) Surówka coleslaw 150 gr. (117 kcal) Alergeny: seler, gluten, soja, jaja, białka mleka krowiego
Wtorek 07.12.2021 rok.	Zupa kalafiorowa 400 ml. (251 kcal) Sznycel ze schabu 150 gr. (264 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Zasmażana kapusta 150 gr. (129 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, jaja
Środa 08.12.2021 rok.	Zupa pomidorowa z ryżem 400 ml. (276 kcal) Pierogi leniwe 250 gr. (404 kcal) Klarowane masło z bułką tartą 50 gr. (178 kcal) Surówka z marchewki i jabłka 150 gr. (64 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, jaja, gluten
Czwartek 09.12.2021 rok.	Rosół z makaronem 400 ml. (216 kcal) Gulasz z szynki 150 gr. (279 kcal) Kasza pęczak 150 gr. (192 kcal) Surówka z czerwonej kapusty 150 gr. (153 kcal) Alergeny: seler, gluten, jaja, białka mleka krowiego
Piątek 10.12.2021 rok.	Zupa brokułowa 400 ml. (112 kcal) Smażony filet z mintaja 150 gr. (268 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Mix fasolki szparagowej 150 gr. (50 kcal) Alergeny: seler, ryby, jaja, gluten



JADŁOSPIS

12`2021

SZKOŁA TERESIN

(Druckiego, XX 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 13.12.2021 rok.	Krupnik z kaszy pęczak 400 ml. (136 kcal) Sos bolognese 150 gr. (153 kcal) Makaron spaghetti 150 gr. (231 kcal) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą 150 gr. (75 kcal) Alergeny: seler, gluten, jaja, rośliny strączkowe, białka mleka krowiego
Wtorek 14.12.2021 rok.	Zupa ogórkowa 400 ml. (108 kcal) Naleśniki z serem 2 szt. (525 kcal) Słodka śmietana 50 gr. (153 kcal) Surówka z marchewki z brzoskwinią 150 gr. (139 kcal) Alergeny: seler, białka mleka krowiego, jaja, gluten, dwutlenek siarki i siarczyny
Środa 15.12.2021 rok.	Krem z pieczonego buraka, groszek ptysiowy 400 ml. (251 kcal) Drobiowa pieczeń rzymska z jajem, sos własny 150 gr. (224 kcal) Kasza gryczana 150 gr. (203 kcal) Surówka z buraków, cebuli i jabłka 150 gr.(84 kcal) Alergeny: gluten, jaja
Czwartek 16.12.2021 rok.	Zupa fasolowa na wędzonce 400 ml. (212 kcal) Kotlet mielony z szynki 150 gr. (255 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Marchewka z groszkiem 150 gr. (131 kcal) Alergeny: rośliny strączkowe, seler, jaja, gluten
Piątek 17.12.2021 rok.	Zupa minestrone z pieczonymi warzywami 400 ml. (132 kcal) Kluski śląskie 250 gr. (388 kcal) Sos szpinakowy 150 gr. (78 kcal) Surówka wielowarzywna 150 gr. (135 kcal) Alergeny: seler, jaja, gluten, białka mleka krowiego



JADŁOSPIS
12`2021
SZKOŁA TERESIN

STUDIO SMAKU CATERING

05-555 Tarczyn

Ul. Szarych Szeregów 8

731 151 804

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

DATA	MENU / OBIAD
Poniedziałek 20.12. 2021 rok.	Zupa koperkowa 400 ml. (132 kcal) Kurczak w pomidorach pelatti 150 gr. (198 kcal) Makaron Farfalle 150 gr. (220 kcal) Surówka z kapusty pekińskiej z groszkiem 150 gr. (75 kcal) Alergeny: seler, gluten, jaja, białka mleka krowiego, rośliny strączkowe
Wtorek 21.12. 2021 rok.	Zupa grochowa 400 ml. (224 kcal) Kurczak pieczony 150 gr. (327 kcal) Ziemniaki 150 gr. (107 kcal) Bukiet warzyw gotowanych na parze 150 gr. (42 kcal) Alergeny: rośliny strączkowe, seler
Środa 22.12. 2021 rok.	Rosół z makaronem 400 ml. (216 kcal) Ryż z prażonym jabłkiem 220 gr. (343 kcal) Słodka śmietana 50 gr. (153 kcal) Surówka z marchewki i jabłka 150 gr. (64 kcal) Alergeny: seler, gluten, białka mleka krowiego