

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”  
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce  
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

### Jadłospis od 1.07. - 5.07.2024 r

| Poniedziałek – 1.07.24 r |  |
|--------------------------|--|
| Śniadanie                | <b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>  |
| Obiad                    | <b>Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/<br><b>Ryż z musem ze świeżych truskawek</b> /ryż, świeże truskawki, jogurt naturalny z mleka, cukier trzcinowy/<br><b>Kompot</b>           |
| Podwieczorek             | <b>Chlebek kukurydziany z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i pomidorem</b>  |
| Wtorek – 2.07.24 r       |  |
| Śniadanie                | <b>Chleb foremka „cegiełka” z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, herbata owocowa</b>   |
| Obiad                    | <b>Krem z pomidorów z grzankami z bagietki</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/<br><b>Wolno pieczony schab w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem</b> /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/<br><b>Kompot</b>                                     |
| Podwieczorek             | <b>Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z truskawkami i chrupkami kukurydzianymi</b>  |
| Środa – 3.07.24 r        |  |
| Śniadanie                | <b>Kaszka manna na mleku</b> /mleko, kasza manna - gluten/, <b>chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>pasztet pieczony</b> /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, <b>papryka, herbata z cytryną</b>   |
| Obiad                    | <b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten/<br><b>Filet drobiowy panierowany, młode ziemniaki, mizeria</b> /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/<br><b>Kompot</b> |
| Podwieczorek             | <b>Pana cotta z musem z malin</b> /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny   |

|                             |  |
|-----------------------------|--|
|                             | mrożone/, <b>pałki kukurydziane</b>  |
| <b>Czwartek - 4.07.24 r</b> |  |
| <b>Śniadanie</b>            | <b>Chleb żytni razowy z masłem</b> /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ <b>z twarogiem</b> /z mleka/ <b>i konfiturą owocową, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/  |
| <b>Obiad</b>                | <b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kości cielece, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ryż, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/<br><br><b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/<br><br><b>Kompot</b>   |
| <b>Podwieczorek</b>         | <b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna: siemię lniane, słonecznik, sezam/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>pomidor</b>   |
| <b>Piątek – 5.07.24 r</b>   |  |
| <b>Śniadanie</b>            | <b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta rybna z łososia</b> /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, <b>herbata z cytryną</b>   |
| <b>Obiad</b>                | <b>Barszcz czerwony zabielały z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/<br><br><b>Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i brzoskwini</b> /mąka pszenna- gluten, mąka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, brzoskwinia, śmietana 18% z mleka, przyprawy/<br><br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b>         | <b>Ciasto cytrynowe z imbirem</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, frużelina cytrynowa, skórka z cytryny, świeży imbir, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy, cukier trzcinowy/ + <b>owoc sezonowy</b>  |
|                             |  |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”  
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce  
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

### Jadłospis od 8.07. - 12.07.2024 r

#### Poniedziałek – 8.07.24 r

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>        | <b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, mąka pszenna- gluten, przyprawy/<br><b>Pampuchy z musem ze świeżych truskawek</b> /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, świeże truskawki, cukier/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>szynka gotowana, pomidor</b>  |

#### Wtorek – 9.07.24 r

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, <b>wiejski twaróg ze szczypiorkiem</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata żurawinowa</b>   |
| <b>Obiad</b>        | <b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/<br><b>Gulasz z szynki po węgiersku z makaronem „świderki”, ogórek kiszony</b> /makaron pszenny – gluten, jajko, mięso: szynka wieprzowa, mąka typ 500 - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Chąłka z masłem</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/+ <b>powidła śliwkowe + kalarepka</b>  |

#### Środa – 10.07.24 r

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Śniadanie</b> | <b>Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną</b> /mleko, płatki jęczmienne – gluten/, <b>bułka kajzerka z masłem</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>ogórek zielony, herbata z cytryną</b>   |
| <b>Obiad</b>     | <b>Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i groszkiem ptysiowym</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, czosnek, groszek ptysiowy: mąka pszenna- gluten, jajko, przyprawy/<br><b>Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, młode ziemniaki, surówka wiosenna</b> /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinaigrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | <b>Kompot</b>   |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Bułeczka wodna</b> /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/ + <b>owoce sezonowe: truskawki lub arbuz</b>  |
| <b>Czwartek - 11.07.24 r</b> |   |
| <b>Śniadanie</b>             | <b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>schab pieczony, papryka, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/   |
| <b>Obiad</b>                 | <b>Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką</b> /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana z mleka, przyprawy/<br><br><b>Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową</b> /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, jabłka, cukier brązowy, jogurt naturalny z mleka/<br><br><b>Kompot</b>                                      |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, <b>domowy humus</b> /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u> /, <b>ogórek zielony</b>  |
| <b>Piątek – 12.07.24 r.</b>  |   |
| <b>Śniadanie</b>             | <b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) <b>z masłem</b> /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, <b>kakao na mleku 2%</b>   |
| <b>Obiad</b>                 | <b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, śmietana18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, świeży koperek, pietruszka natka, lubczyk, ryż/<br><br><b>Paluszki rybne, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem</b> /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, masło z mleka, fasolka szparagowa, masło z mleka, przyprawy/<br><br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Ciasto buraczane „brownie” z kawałkami gorzkiej czekolady</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jaja, olej rzepakowy, kakao naturalne, buraki, gorzka czekolada, cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia</u> – gluten / + <b>owoc sezonowy</b>  |
|                              |   |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”  
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce  
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 15.07. - 19.07.2024 r**

**Poniedziałek – 15.07.24r**

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>        | <b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/<br><br><b>Makaron „muszelki” z serem białym i musem ze świeżych borówek</b> /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, świeże borówki, cukier/<br><br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Chleb słonecznikowy ciemny z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>ser żółty /z mleka/, ogórek</b>   |

**Wtorek – 16.07.24 r**

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Płatki jaglane na mleku</b> /płatki jaglane, mleko/, <b>chałka z masłem</b> /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/ <b>i konfiturą owocową, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>        | <b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kości cielece, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ryż, śmietana18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/<br><br><b>Duszony filet z indyka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką</b> /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 18% z mleka, świeży koperek, kasza jęczmienna – gluten, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/<br><br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Budyń czekoladowy</b> /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, <b>pieczywo chrupkie 3 zboża</b> /mąka pszenna, żytnia – gluten/   |

**Środa – 17.07.24 r**

|                  |  |
|------------------|--|
| <b>Śniadanie</b> | <b>Bułeczka kukurydziana z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, pomidor, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/   |
| <b>Obiad</b>     | <b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten/<br><br><b>Podudzia pieczone, młode ziemniaki, młoda kapusta gotowana z koperkiem</b> /podudzia z kurczaka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ |

|                              |  |
|------------------------------|--|
|                              | <b>Kompot</b>  |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Chleb graham z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/  |
| <b>Czwartek - 18.07.24 r</b> |  |
| <b>Śniadanie</b>             | <b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) <b>z masłem</b> /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>ogórek zielony, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>                 | <b>Zupa kalafiorowa z makaronem „muszelki” i zieloną pietruszką</b> /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny: gluten, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/<br><br><b>Pierogi z mięsem</b> /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, przyprawy/, <b>sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki</b> /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Mus owocowy (borówkowy) z jogurtem naturalnym</b> /jogurt z mleka/, <b>ciasteczka kruche domowe</b> /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/   |
| <b>Piątek – 19.07.24 r</b>   |  |
| <b>Śniadanie</b>             | <b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta rybna – jajeczna</b> /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, <b>herbata owocowa</b>   |
| <b>Obiad</b>                 | <b>Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/<br><br><b>Racuszki z jabłkami</b> /mleko 2,0%, mąka tortowa- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, jabłka/<br><b>Kompot</b>   |
| <b>Podwieczorek</b>          | <b>Tortilla z szynką, serkiem śmietanowym, pomidorem i sałatą zieloną</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, sól, olej rzepakowy, mleko, przyprawy/ + <b>owoc sezonowy</b>  |
|                              |  |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”  
ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce  
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 22.07. - 26.07.2024 r**

**Poniedziałek – 22.07.24 r**

|                     |  |
|---------------------|--|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>        | <b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/<br><b>Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową - cynamonową</b> /makaron pszenny – gluten, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z mleka, cukier/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Bułka z ziarnami z masłem</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, <b>pasztet pieczony</b> /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, <b>papryka</b>  |

**Wtorek – 23.07.24 r**

|                     |   |
|---------------------|---|
| <b>Śniadanie</b>    | <b>Chleb graham z masłem</b> /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, <b>pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią</b> /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, <b>herbata żurawinowa</b>  |
| <b>Obiad</b>        | <b>Barszcz biały zabieleny z kielbasą i ziemniakami</b> /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść lauowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morską, pieprz/<br><b>Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką</b> /filet z kurczaka, ryż, cebula, cukinia, papryka, marchewka, brokuł, kalafior, przyprawy/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b> | <b>Koktajl borówkowy na maślanec z płatkami owsianymi</b> /maślanca z mleka, borówki, płatki owsiane - gluten/, <b>pałki kukurydziane</b>   |

**Środa – 24.07.24 r**

|                  |  |
|------------------|--|
| <b>Śniadanie</b> | <b>Chleb kukurydziany z masłem</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>twarożek biały</b> /ser biały z mleka/ + <b>konfitura owocowa, kakao na mleku 2%</b>   |
| <b>Obiad</b>     | <b>Zupa jarzynowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść lauowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, makaron pszenny: gluten, przyprawy/<br><b>Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem</b> /filet z kurczaka, płatki |

|                              |   |
|------------------------------|---|
|                              | <p>kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, przyprawy/<br/> <b>Kompot</b></p>  |
| <b>Podwieczorek</b>          | <p><b>Kisiel truskawkowy</b> /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, <b>ciasteczka cytrynowe</b> /masło, cukier puder, jajka, sok z cytryny, mąka pszenna - gluten, proszek do pieczenia/</p>  |
| <b>Czwartek - 25.07.24 r</b> |   |
| <b>Śniadanie</b>             | <p><b>Chleb wiejski z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>ser żółty</b> /z mleka/, <b>pomidor, herbata z cytryną</b></p>  |
| <b>Obiad</b>                 | <p><b>Krem brokułowo-groszkowy z grzankami z bagietki</b> /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, grzanki pszenne - gluten, przyprawy/<br/> <b>Naleśniki z serem białym i polewą ze świeżych malin</b> /mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, świeże maliny, cukier brązowy/<br/> <b>Kompot</b></p>  |
| <b>Podwieczorek</b>          | <p><b>Pischnfinger kakaowy</b> /wafle: mąka typ 500 – gluten, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18%, sól; mus kakaowy: masło z mleka, cukier brązowy, kakao naturalne, mleko w proszku, woda/ + <b>owoc sezonowy</b></p>   |
| <b>Piątek – 26.07.24 r</b>   |   |
| <b>Śniadanie</b>             | <p><b>Bułka grahamka z masłem</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, <b>kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/</p>   |
| <b>Obiad</b>                 | <p><b>Zupa grysikowa na rosole</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, seler, por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, kasza manna z pszenicy - gluten, zielona pietruszka, przyprawy/<br/> <b>Filet z dorsza panierowany, młode ziemniaki, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy</b> /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, mleko, masło z mleka, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/<br/> <b>Kompot</b></p> |
| <b>Podwieczorek</b>          | <p><b>Ciasto szpinakowe</b> /mąka pszenna /gluten/, mąka razowa, szpinak mrożony, mus jabłkowy, jaja, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ + <b>owoc sezonowy</b></p>   |



Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 29.07. - 2.08.2024 r**

| <b>Poniedziałek – 29.07.24 r</b> |  |
|----------------------------------|--|
| <b>Śniadanie</b>                 | <b>Chleb pszenno-żytni z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>  |
| <b>Obiad</b>                     | <b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/<br><b>Leniwe z musem ze świeżych borówek i jogurtu naturalnego</b> /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, masło z mleka, świeże borówki, jogurt naturalny, cukier/<br><b>Kompot</b> |
| <b>Podwieczorek</b>              | <b>Chleb z siemieniem lnianym z masłem</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, <b>ser żółty /z mleka/, pomidor</b>  |
| <b>Wtorek – 30.07.24 r</b>       |  |
| <b>Śniadanie</b>                 | <b>Chleb foremka „cegiełka” z masłem</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kawa zbożowa inka</b> /kawa inka – gluten, mleko/   |
| <b>Obiad</b>                     | <b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, świeży koperek, pietruszka natka, lubczyk, ryż/<br><b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/<br><b>Kompot</b>  |
| <b>Podwieczorek</b>              | <b>Bułeczka wodna</b> /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/, <b>domowa nutella</b> /mleko, orzechy laskowe, olej kokosowy, masło, kakao naturalne, mleko w proszku, cukier/ + <b>owoc sezonowy</b>   |
| <b>Środa – 31.07.24 r</b>        |  |
| <b>Śniadanie</b>                 | <b>Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem</b> /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, <b>wiejski twarożek ze szczypiorkiem</b> /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, <b>herbata z cytryną</b>   |
| <b>Obiad</b>                     | <b>Krem z pomidorów z grzankami z bagietki</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/  |

|                             |  |
|-----------------------------|--|
|                             | <b>Kotlet schabowy, młode ziemniaki, mizeria</b> /schab, <u>mąka pszenna - gluten</u> , jajko, bułka tarta – <u>gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko, masło z mleka</u> , świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/<br><b>Kompot</b>   |
| <b>Podwieczorek</b>         | <b>Jogurt naturalny</b> / <u>jogurt z mleka</u> / <b>z borówkami i chrupkami kukurydzianymi</b>  |
| <b>Czwartek - 1.08.24 r</b> |  |
| <b>Śniadanie</b>            | <b>Zupa mleczna: lane kluski na mleku</b> / <u>mleko, mąka pszenna – gluten</u> , jajko/, <b>chleb wiejski z masłem</b> / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>schab pieczony, rzodkiewka, herbata owocowa</b>  |
| <b>Obiad</b>                | <b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> /   |
|                             | <b>Shoarma turecka, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem</b> /szynka wieprzowa, przyprawa do gyrosa - <u>gorczyca, kasza bulgur - gluten</u> , kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa z oliwek, przyprawy/<br><b>Kompot</b>   |
| <b>Podwieczorek</b>         | <b>Ciasto szpinakowe</b> / <u>mąka pszenna /gluten/</u> , <u>mąka razowa</u> , marchewka, mus jabłkowy, jaja, cukier trzcinowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> , olej rzepakowy/ + <b>owoc sezonowy</b>  |
| <b>Piątek – 2.08.24 r</b>   |  |
| <b>Śniadanie</b>            | <b>Bułka grahamka z masłem</b> / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, <b>pasta rybna z łososia</b> / <u>łosoś - ryba</u> , <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, <b>herbata z cytryną</b>   |
| <b>Obiad</b>                | <b>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, przyprawy/<br><b>Pierogi z serem i musem jagodowym</b> / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka jęczmienna - gluten</u> , jagody, <u>ser z mleka</u> / |
|                             | <b>Kompot</b>  |
| <b>Podwieczorek</b>         | <b>Bułka z ziarnami z masłem</b> / <u>mąka pszenna– gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> , ziarna: siemię lniane, słonecznik, sezam/, <b>połędwica z indyka, papryka</b>  |