

Poniedziałek – 4.09.23 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka gotowana, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /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/ Pampuchy z musem ze świeżych borówek /mąka pszena - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, świeże borówki, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszena – gluten, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 5.09.23 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, dżem owocowy, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami z bagietki /wywar warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Sznycelek mielony, kasza jęczmienna, młoda kapusta gotowana /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, kasza jęczmienna – gluten, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt owocowy /jogurt naturalny z mleka, mango/ z płatkami owsianymi /gluten/ i kukurydzianymi
Środa – 6.09.23 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /mleko/, chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszena – gluten, masło z mleka/, jajko, szczypiorek, sos ketchupowo – majonezowy, herbata z cytryną
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena - gluten, jajko/ Filet drobiowy w japońskiej panierce „panko”, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka pszena - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, mąka ziemniaczana, kakao, cukier/, ciasteczka owsiane /mąka pszena, płatki owsiane – gluten, jajko/

Czwartek - 7.09.23 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata owocowa
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chałka z masłem /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/, powidła śliwkowe + owoc sezonowy
Piątek – 8.09.23 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta rybna – jajeczna /makrele- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Pierogi z truskawkami i polewą jogurtową /mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna - gluten, jajka, truskawki, jogurt naturalny z mleka, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, filet z indyka, papryka

Jadłospis od 11.09. - 15.09.2023 r

Poniedziałek – 11.09.23 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, polędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morska, pieprz/ Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami oraz polewą jogurtową - cynamonową /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłka, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka czerwona
Wtorek – 12.09.23 r	
Śniadanie	Chleb graham /mąka żytnia, pszenna – gluten/, z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa kalafiorowa z łazankami i zieloną pietruszką /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny: łazanki – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper/ Gołąbki cygańskie z mięsem i ryżem w sosie paprykowo - pomidorowym, ziemniaki /mięso wieprzowe, kasza jęczmienna - gluten, ryż, kapusta, pomidory pelatti, papryka, śmietana 12% z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszenna, mąka żytnia – gluten/ + owoce sezonowe: borówki, maliny lub arbuz
Środa – 13.09.23 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata żurawinowa
Obiad	Krem brokułowo-groszkowy z grzankami /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, grzanki pszenno- gluten, przyprawy/ Podudzia pieczone, kasza perłowa, mizeria /podudzia pieczone, kasza perłowa – gluten, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Galaretka domowa malinowa /woda, żelatyna, maliny, stevia w proszku/, wafle ryżowe

Czwartek – 14.09.23 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, schab pieczony, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, ryż, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ Penne z kurczakiem i ze szpinakiem w sosie śmietanowym, z serem żółtym /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 18% z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, ser żółty z mleka, przyprawy, makaron: mąka pszenna – gluten, jajko/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy: borówkowy - z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, biszkopty /mąka pszenna- gluten, jajko, mleko/
Piątek - 15.09.23 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, kawa zbożowa inka z /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, seler, makaron pszenny- gluten, jajko, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto „czekoladowa – kokosanka” /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, kakao naturalne, wiórki kokosowe, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy, cukier trzcinowy/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 18.09. - 22.09.2023 r

Poniedziałek – 18.09.23 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, szynka gotowana, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , <u>zakwas żurku</u> , <u>mąka żytnia - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Ryż z musem owoce leśne /ryż, maliny, borówki, truskawki, jeżyny mrożone, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>cukier trzcinowy</u> / Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem / <u>mąka pszenna– gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, moz-zarella / <u>z mleka</u> / z oliwkami zielonymi i pomidorem
Wtorek – 19.09.23 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem / <u>mąka żytnia, pszenna – gluten</u> , <u>masło z mleka</u> /, ser żółty / <u>z mleka</u> /, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z batatów, dyni i marchewki z mleczkiem kokosowym i groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, bataty, dynia, <u>seler</u> , ziemniaki, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>mąka pszenna, żytnia – gluten</u> , <u>mleczko kokosowe</u> , imbir, czosnek, <u>groszek ptysiowy: mąka pszenna – gluten</u> , jajko, przyprawy/ Pieczeń rzymska w sosie własnym, kasza bulgur, buraczki zasmażane /mięso mielone wieprzowo – wołowe, jajka, <u>mąka pszenna typ 500 – gluten</u> , <u>kasza bulgur – gluten</u> , buraki, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Koktajl borówkowy na maślance z płatkami owsianymi / <u>maślanka z mleka</u> , borówki, <u>płatki owsiane - gluten</u> /, pałki kukurydziane
Środa – 20.09.23 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, kielbasa krakowska, pomidor, herbata owocowa
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /wywar mięsny: mięso wołowe, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> , jajko/ Kotlet „ala de volaille”, ziemniaki, mizeria / mięso mielone drobiowe, jajka, <u>mleko 2.0%</u> , <u>bułka tarta - gluten</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko, masło</u> , świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z soki malinowym / <u>mleko</u> , <u>jogurt naturalny</u> , <u>śmietana 30%</u> , <u>cukier</u> , żelatyna, maliny mrożone/, ciasteczka cytrynowe / <u>masło</u> , <u>cukier puder</u> , jajka, sok z cytryny, <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>proszek do pieczenia- gluten</u> /

Czwartek - 21.09.23 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku z sokiem owocowym /mleko/, bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, jajko, sos jogurtowo – majonezowy, herbata z cytryną
Obiad	Krupnik z kaszy jęczmiennej i kaszy bulgur /kasza jęczmienna - gluten, kasza bulgur - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, śmietana z mleka, przyprawy/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/
Piątek – 22.09.23 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta rybna ze szprotki w pomidorach /szprotka - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Naleśniki z serem białym i polewą malinową /mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, domowy humus /cierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/ + owoc sezonowy

Arkadiusz Muszyński
ul. Olkusa 3, 32-085 Szyce
Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 25.09. - 29.09.2023 r

Poniedziałek – 25.09.23 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy/ Makaron „świderki” z serem białym i brzoskwinia /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 26.09.23 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasta serowo - paprykowa /ser biały z mleka, papryka czerwona, jogurt naturalny/, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Kotlet pożarski, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem i pomarańczą /mięso mielone drobiowe, jajka, bułka tarta - gluten, przyprawy ziemniaki, marchewka, jabłko, pomarańcza, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel domowy wiśniowy /wiśnie mrożone, mąka ziemniaczana, woda, cukier/, ciasteczka owsiane /mąka pszenna, płatki owsiane - gluten, mleko, jajko/
Środa – 27.09.23 r	
Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, dżem owocowy, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, makaron pszenny- gluten, jajko, przyprawy/ Gulasz z szynki z cukinią, papryką, pomidorami i ogórkiem kiszonym, kasza perłowa /mięso: szynka wieprzowa, mąka z amarantusa, mąka typ 500 - gluten, śmietana 18% z mleka, cukinia, pomidory, papryka, kasza perłowa - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi i chrupkami kukurydzianymi

Czwartek - 28.09.23 r

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna</u> – gluten, woda, <u>mąka żytnia</u> – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, pasztet pieczony /mięso wp., <u>jajko</u> , <u>mąka pszenna</u> , <u>mleko w proszku</u> /, ogórek kiszony , herbata z cytryną
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, <u>seler</u> , por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, <u>kasza manna z pszenicy</u> - gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ Leniwe z musem borówkowym i jogurtem naturalnym / <u>mąka pszenna</u> - gluten, <u>mąka orkiszowa</u> - gluten, <u>jajka</u> , ziemniaki, <u>ser biały z mleka</u> , <u>masło z mleka</u> , borówki, <u>jogurt naturalny</u> , cukier/ Kompot
Podwieczorek	Pischfinger kakaowy /wafle: <u>mąka typ 500</u> – gluten, cukier, olej rzepakowy, <u>śmietana 18%</u> , sól; mus kakaowy: <u>masło z mleka</u> , cukier brązowy, kakao naturalne, <u>mleko w proszku</u> , woda/ + owoc sezonowy

Piątek – 29.09.23 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem / <u>mąka żytnia</u> , <u>pszenna</u> – gluten, <u>masło z mleka</u> /, pasta jajeczna ze szczypiorkiem / <u>jajka</u> , <u>majonez</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , szczypiorek/, kawa zbożowa inka z / kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, ryż, <u>śmietana18% - z mleka</u> , lubczyk, susz warzywny/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem / <u>filet z dorsza</u> - ryba, <u>mąka typ 500</u> - gluten, <u>mąka kukurydziana</u> , <u>bułka tarta</u> - gluten, <u>jajka</u> , <u>mleko</u> , ziemniaki, fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto ucierane z jabłkami i dynią / <u>mąka pszenna</u> - gluten, <u>mąka razowa</u> , jabłka, dynia, cukier trzcinowy, <u>jaja</u> , <u>proszek do pieczenia</u> – gluten, olej rzepakowy/

