

Jadłospis od 4.10. – 8.10.2021 r

Poniedziałek – 4.10.21 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, połędwica z indyka, ogórek świeży, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, makaron pszenny- gluten, jajko, przyprawy/ Ryż z musem owoce leśne /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, paszтет pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka czerwona
Wtorek – 5.10.21 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ Pieczeń z indyka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 18% z mleka, świeży koperek, przyprawy, kasza jęczmienna – gluten, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt owocowy /jogurt naturalny z mleka, owoce sezonowe/ ze zbożowo miodowymi chrupkami + owoc sezonowy
Środa – 6.10.21 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, jajko, szczypiorek, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, groszek ptysiowy /masa jajowa pasteryzowana, woda, mąka pszenna - gluten, tłuszcz roślinny palmowy, sól przyprawy/ Kotlet mielony, ziemniaki, salatka z buraczków /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, buraki, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, mąka ziemniaczana, kakao, cukier/, ciasteczka owsiane /gluten/

Czwartek - 7.10.21 r

Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenno-żytnia – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar warzywny: marchewka, seler, por, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenno-żytnia – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Drożdźówka wiśniowa /mąka pszenno-żytnia – gluten, masło z mleka, mleko, cukier, drożdże, jajka, wiśnie/

Piątek – 8.10.21 r

Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenno-żytnia – gluten, masło z mleka/, pasta rybna – jajeczna /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/, kawa zbożowa inka z miodem /kawa inka – gluten, mleko, miód/
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar mięsny: kaczka; wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Naleśniki z serem białym, jogurtem naturalnym i polewą malinową /mąka pszenno-żytnia – gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Pischniki śmietankowe /wafle: mąka typ 500 – gluten, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18%, sól; mus śmietankowy: masło z mleka, cukier, mleko w proszku, woda/ + jabłko

Jadłospis od 11.10. - 15.10.2021 r

Poniedziałek – 11.10.21 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, schab pieczony, ogórek małosolny, herbata owocowa
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, makaron pszenny- gluten, jajko, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Ryż zapiekany z jabłkami i cynamonem oraz polewą jogurtowo-miodową /ryż biały, jabłka, cynamon, jogurt z mleka, miód/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, wędlina krakowska, pomidor + owoc sezonowy
Wtorek – 12.10.21 r	
Śniadanie	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	Krem marchewkowy z pomarańczą z grzankami zielowymi /wywar warzywny: marchewka, seler, pomarańcza, ziemniaki, jogurt naturalny z mleka, mąka pszenna, żytnia – gluten, przyprawy/ Gulasz wieprzowy z cukinią, papryką i pomidorami, kasza gryczana /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, kasza gryczana, mleko, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, bułka tarta - gluten/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi, suszoną żurawiną i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 13.10.21 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku z sokiem owocowym /mleko/, chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, papryka, 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/_ Filet drobiowy w japońskiej panierce „panko”, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Galaretką domową wiśniową z owocami /woda, żelatyna, wiśnie mrożone, cukier brązowy/, biszkopty /mąka pszenna - gluten, jajka, cukier, substancja spulchniająca (węglany amonu), miód, pszczeni, emulgator (lecytyna sojowa)/

Czwartek – 14.10.21 r

Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka wiejska, ogórek świeży, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/ Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki i jabłka /mąka pszenna- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, filet z kurczaka, pomidor

Piątek - 15.10.21 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką /wywar mięsny: skrzydła z kurczaka; kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z pomidorów, ogórków kiszonych i kapusty pekińskiej /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, masło z mleka, pomidory, ogórki kiszone, kapusta pekińska, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto piernikowe /mąka pszenna /gluten/, mąka razowa, kakao naturalne, cukier trzcinowy, olej rzepakowy, jaja, proszek do pieczenia /gluten/, marmolada owocowa, przyprawa do piernika: cynamon, imbir, gałka muszkatołowa/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 18.10. - 22.10.2021 r

Poniedziałek – 18.10.21 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, połędwica z indyka, ogórek świeży, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z kaszą bulgur /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana 18% z mleka, pietruszka natka, kasza bulgur, przyprawy/ Makaron z serem białym, jogurtem naturalnym i brzoskwinią /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier, brzoskwinia/ Kompot
Podwieczorek	Weka /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/, papryka czerwona
Wtorek – 19.10.21 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/, twarożek biały /ser biały z mleka/ + dżem wiśniowy, herbata z cytryną
Obiad	Zupa krem z dyni z groszkiem ptysiowym /dynia, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, bazylija, pietruszka natka, sól morską, groszek ptysiowy /masa jajowa pasteryzowana, woda, mąka pszenna – gluten, tłuszcz roślinny palmowy, sól przyprawy/ Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, ziemniaki, surówka z marchewki z jabłkiem /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, marchewka, jabłko, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel domowy pomarańczowy /sok z pomarańczy, mąka ziemniaczana, woda, cukier/, wafle ryżowe
Środa – 20.10.21 r	
Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, 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	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, surówka z kapusty czerwonej z jabłkami i cebulką /kapusta czerwona, jabłko, cebula, olej, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże/, powidła śliwkowe + owoc sezonowy

Czwartek - 21.10.21 r

Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka gotowana, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ 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	Ciasto marchewkowe /mąka pszenna /gluten/, mąka razowa, marchewka, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia /gluten/, masło /z mleka/ + owoc sezonowy

Piątek – 22.10.21 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, herbata z cytryną
Obiad	Krem z pieczonej papryki, pomidorów z bagietką pszenną /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, papryka, śmietana 30% z mleka, bagietka pszenna-gluten, przyprawy/ Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, masło z mleka, kiszona kapusta, sałata lodowa, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Deserek waniliowy /twarożek z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier waniliowy/

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

Jadłospis od 25.10. - 29.10.2021 r

Poniedziałek – 25.10.21 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka wiejska, pomidor, kawa zbożowa inka z miodem /kawa inka – gluten, mleko, miód/
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, mleko 3,2%, makaron pszenny- gluten, jajko, zielona pietruszka, przyprawy/ Kluski na parze z musem bananowym /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, banany/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, schab pieczony, papryka czerwona
Wtorek – 26.10.21 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, serek topiony, rzodkiewka, herbata z cytryną
Obiad	Krem z cukinii z groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, seler, cukinia, ziemniaki, jogurt naturalny z mleka, groszek ptysiowy /masa jajowa pasteryzowana, woda, mąka pszenna - gluten, tłuszcz roślinny palmowy, sól przyprawy/ Chrupiące paluszki drobiowe w płatkach kukurydzianych, ryż szafranowy, surówka z marchewki z jabłkiem /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ryż, kurkuma, mleko, masło z mleka, marchewka, jabłko, pomarańcza, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń śmietankowy z sokiem wiśniowym /mleko 3,2%, mąka ziemniaczana, masło z mleka, wiśnie/, ciasteczka owsiane /gluten/
Środa – 27.10.21 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, jajko, sos jogurtowo – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar warzywny: marchewka, seler, por, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Klopsy w sosie pomidorowym, kasza perłowa, surówka z białej kapusty z marchewką /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta - gluten, pomidory pelatti, mąka typ 500 - gluten, śmietana 12% z mleka, kasza perłowa, biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kaszka manna na mleku z musem owocowym /mleko, jogurt naturalny, cukier, owoce sezonowe/ + owoc sezonowy

Czwartek - 28.10.21 r	
Śniadanie	Chleb staropolski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, połędwica z indyka, ogórek świeży, 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/ Leniwe z musem owoce leśne /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, masło z mleka, maliny, borówki, truskawki, jeżyny mrożone, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Marchewka, pieczywo chrupkie z miodem /mąka pszenna, mąka żytnia – gluten/
Piątek – 29.10.21 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, zielona pasta z awokado z serem białym, pieczonymi warzywami i mielonymi pestkami słonecznika /ser biały z mleka, awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika, jogurt naturalny z mleka/, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pieczarkowa z lazankami /wywar warzywny: marchew, seler, pieczarki, śmietana 12% z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, zielona pietruszka, przyprawy/ Chrupiąca rybka w płatkach owsianych, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem i bułką /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, płatki owsiane – gluten, bułka tarta, jajka, mleko 2%, ziemniaki, mleko, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Koktajl owocowy na kefirze z płatkami owsianymi i kukurydzianymi /kefir z mleka, owoce: borówki, maliny, płatki owsiane - gluten/ + owoc sezonowy

