Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 2.06. - 6.06.2025 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 2.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, kiełbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Krem z zielonych warzyw: brokuły, cukinia, groszek zielony z grzankami z bagietki** /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%,marchew, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/**Leniwe z musem owoce leśne i jogurtem naturalnym** /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, jogurt naturalny, borówka, jeżyna, malina, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chlebek kukurydziany z masłem** **/**mąka kukurydziana,mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka**/, mozzarella /**z mleka**/ z oliwkami zielonymi i czarnymi, pomidor** |
| **Wtorek – 3.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb graham** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **twarożek biały** /ser biały z mleka/ **+ konfitura owocowa, kakao na mleku 2%** |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z makaronem** /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny- gluten, zielona pietruszka, przyprawy/**Wolno pieczony schab w sosie pieczeniowym,** **kasza perłowa, surówka z** **buraczków z jabłkiem /**schab, mąka pszenna - gluten, przecier pomidorowy, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Bułka z ziarnami z masłem** **/**mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna**:** siemię lniane, słonecznik, sezam/, **domowy humus /**ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, **papryka** |
| **Środa – 4.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/,  **ser żółty /**z mleka**/, pomidor, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką** /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana z mleka, przyprawy/ **Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria** /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, jogurt z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Budyń czekoladowy /**mleko,skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, **pieczywo chrupkie 3 zboża** /mąka pszenna, żytnia – gluten/ |
| **Czwartek – 5.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **schab pieczony, ogórek zielony, herbata żurawinowa** |
| **Obiad** | **Barszcz biały z kiełbasą i ziemniakami** /kiełbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/**Kluski śląskie z sosem pieczarkowym, surówka chińska** /ziemniaki, mąka pszenna- gluten, mąka ziemniaczana, jajka, pieczarki, śmietana 30% z mleka, biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Jogurt naturalny /**jogurt z mleka**/ ze świeżymi truskawkami i chrupkami kukurydzianymi** |
| **Piątek – 6.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta jajeczna ze szczypiorkiem** /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, **kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **Obiad** | **Zupa ogórkowa z ryżem** /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ **Paluszki rybne, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem** /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto szpinakowe** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, szpinak mrożony, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ + **owoc sezonowy** |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 9.06. - 13.06.2025 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 9.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **polędwica z indyka, ogórek zielony,** **herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami** /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/**Naleśniki z serem białym i polewą ze świeżych truskawek** //mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, truskawki, cukier brązowy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chleb z siemieniem lnianym z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, **ser żółty /**z mleka/**, pomidor** |
| **Wtorek – 10.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **jajko, pomidor, kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **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 pszenna – gluten, przyprawy/**Strogonoff z szynki z papryką i pomidorami i ogórkiem kiszonym, kasza bulgur** /szynka wieprzowa, mąka typ 500 - gluten, śmietana 30% z mleka, cebula, pieczarki, ogórek konserwowy, cukinia, pomidory, papryka, kasza bulgur - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Domowy deserek owocowy borówkowy /**ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, borówki, cukier/ + **pałki kukurydziane** |
| **Środa – 11.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, 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** | **Krem z pomidorów z groszkiem ptysiowym** /wywar warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, groszek ptysiowy /jajko, olej, mąka pszenna - gluten, sól przyprawy/**Podudzia pieczone,** **ziemniaki, mizeria** /podudzia pieczone, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Mini „pizzerinki” z serem mozzarella** /mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, pomidory pelati, ser mozzarella z mleka, przyprawy/, **papryka**  |
| **Czwartek - 12.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi** /mleko/, **chleb foremka „cegiełka” z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/**, rzodkiewka** |
| **Obiad** | **Zupa koperkowa z ryżem** /wywar mięsny: kaczka, śmietana 30% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, przyprawy/**Spaghetti bolońskie** /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Kisiel truskawkowy** /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/**, ciasteczka kruche domowe** /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/ |
| **Piątek – 13.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta rybna z łososia** /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/**, ogórek zielony, kakao na mleku 2%** |
| **Obiad** | **Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/**Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy** /mąka pszenna- gluten, ser biały z mleka, ziemniaki, cebula, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto czekoladowa "kokosanka** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, kakao naturalne, mleko kokosowe, wiórki kokosowe, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ + **owoc sezonowy** |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 16.06. - 20.06.2025 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek 16.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Barszcz biały z kiełbasą i ziemniakami** /kiełbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/**Makaron „świderki” z serem białym i musem ze świeżych truskawek**  /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, truskawki, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chleb słonecznikowy ciemny z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, ser żółty /**z mleka/**, pomidor** |
| **Wtorek – 17.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /**ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, **herbata owocowa** |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z ryżem** /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, przyprawy/**Pierogi z mięsem** /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, przyprawy/, **sałatka z ogórka kiszonego, pomidora i cebulki /**ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Pana cotta z musem z malin** /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny/**, wafle ryżowe** |
| **Środa – 18.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Kaszka manna na mleku** /mleko, kasza manna - gluten**/, chleb żytni razowy z masłem** /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/**, dżem owocowy** |
| **Obiad** | **Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką** /kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper, pieprz/**Gołąbki cygańskie z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym, ziemniaki /**mięso wieprzowe, kasza jęczmienna - gluten, ryż, kapusta, pomidory pelati, śmietana 30% z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Bułeczka wodna z masłem** /mąka pszenna 500, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ **+ twarożek biały z szynką i szczypiorkiem** /ser biały z mleka, szynka wiejska, szczypiorek/  |
| **Czwartek – 19.06.25 r**  |
|  |  |
| **Piątek - 20.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta rybna – jajeczna** /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/**,** **kakao na mleku 2%** |
| **Obiad** | **Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i groszkiem ptysiowym /**wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, śmietana 18% z mleka, czosnek, groszek ptysiowy /jajko, olej, mąka pszenna - gluten, sól przyprawy/**Pampuchy z musem bananowym** /mąka pszenna – gluten, jajko, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, banany, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chałka z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ **+ powidła śliwkowe + marchewka** |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 23.06. - 27.06.2025 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 23.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, ser żółty /**z mleka**/, pomidor, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Krem z soczewicy z pomidorami i czosnkiem i grzankami** /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/**Ryż z musem ze świeżych truskawek na jogurcie naturalnym** /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, truskawki/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Bułeczka kukurydziana z masłem /**mąka kukurydziana,mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, filet z indyka, ogórek zielony** |
| **Wtorek – 24.06.2025 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek**, **kakao na mleku 2%** |
| **Obiad** | **Zupa pieczarkowa z makaronem** /wywar warzywny: marchew, seler, pieczarki, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, zielona pietruszka, przyprawy/**Sznycelek mielony,** **kasza jęczmienna,** **młoda kapusta gotowana z koperkiem** /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, kasza jęczmienna – gluten, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/**Kompot**  |
| **Podwieczorek** | **Gofry** /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko/ **+ powidła owocowe** |
| **Środa – 25.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **kiełbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata żurawinowa** |
| **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 pszenna – gluten, przyprawy/**Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella** **i pomidorem**, **ziemniaki, surówka wiosenna** /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Budyń waniliowy „szarlotka” /**mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kurkumina, cukier**/ z jabłkami, cynamonem i chrupkami kukurydzianymi** |
|  **Czwartek - 26.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **schab pieczony, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Zupa gulaszowa z ziemniakami** /mięso mielone wołowe, marchewka, seler, papryka, czosnek, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna - gluten, przyprawy/**Racuszki z jabłkami** /mleko 2,0%, mąka pszenna- gluten, jajka, jabłka, olej, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ślimaczki z ciasta francuskiego z serem żółtym i szynką** /mąka pszenna- gluten, ser z mleka/, **papryka** |
| **Piątek – 27.06.25 r**  |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **wiejski twarożek ze szczypiorkiem** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/**, kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **Obiad** | **Zupa ogórkowa z ryżem** /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ **Pulpeciki rybne w cieście naleśnikowym, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem** /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, jajka, mleko, ziemniaki, mleko, masło z mleka, fasolka, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto marchewkowe z białą czekoladą** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, cynamon, jaja, , olej rzepakowy, marchew, biała czekolada-płatki, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten/ + **owoc sezonowy** |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 30.06.2025 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 30.06.25 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **polędwica z indyka, ogórek zielony,** **herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Żurek staropolski z kiełbasą i ziemniakami** /wywar mięsny (kiełbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 30% z mleka, przyprawy/**Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową** /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, jabłka, jogurt naturalny z mleka, cukier brązowy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chleb z siemieniem lnianym z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, masło z mleka/, **pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/**, ogórek małosolny** |