

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

Jadłospis od 29.06. - 3.07.2026 r – menu żłobki

Poniedziałek – 29.06.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>kwasy żytnie - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, połędwica z indyka, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , ziemniaki, <u>zakwas żurku</u> , <u>mąka żytnia - gluten</u> , <u>śmietana 30% z mleka</u> , przyprawy/ Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia- gluten</u> , jajka, <u>mleko 1,5%</u> , jabłka, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z <u>mleka</u> /, ogórek małosolny
Wtorek – 30.06.26 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta: twarożek typu „tzatziki” / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , ogórek zielony/, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten</u> , <u>mleko</u> /
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , fasolka szparagowa, kalafior, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>makaron pszenny - gluten</u> , przyprawy/ Duszony fileć z indyka w sosie neapolitańskim, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką /fileć z indyka, cebula, czosnek, bazylija, oregano, pomidory pelati, <u>kasza jęczmienna – gluten</u> , biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bulka sztangielka / <u>mąka pszenna - gluten</u> , woda, drożdże sól/, domowa nutella / <u>mleko</u> , <u>orzechy laskowe</u> , olej kokosowy, kakao naturalne, <u>mleczna czekolada</u> , cukier/ + owoc sezonowy

Środa – 1.07.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, jajko, pomidor, kakao na mleku 2% /mleko/
Obiad	Krem wielowarzywny z kaszą jaglaną /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, kasza jagłana, przyprawy/ Makaron „świderki” z sosem bolońskim /makaron: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z musem z malin /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny/, wafle ryżowe
Czwartek - 2.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /mleko/, chleb żytni razowy z masłem /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ i konfiturą owocową
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 30% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, przyprawy/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, młode ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, bułka tarta - gluten, ziemniaki, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Serek ziarnisty /twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól/, grissini /mąka pszenna – gluten, olej słonecznikowy, sól, drożdże, oliwa z oliwek/, papryka
Piątek – 3.07.26 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta rybna z łososia /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny 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 cytrynowe z imbirem /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, fruzelina cytrynowa, skórka z cytryny, jabłka prażone, świeży imbir, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 6.07. - 10.07.2026 r – menu żłobki

Poniedziałek – 6.07.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , <u>kwask żytni – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>masło</u> , ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Pampuchy z musem ze świeżych truskawek / <u>mąka pszenna – gluten</u> , <u>jajko</u> , <u>mleko</u> , drożdże, olej rzepakowy, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , truskawki, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chlebek kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna – gluten</u> , <u>mąka żytnia – gluten</u> woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, mozzarella /z mleka/ z oliwkami zielonymi i czarnymi, pomidor
Wtorek – 7.07.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, pasta jajeczna ze szczypiorkiem / <u>jajka</u> , majonez, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , szczypiorek/, kakao na mleku 2% /mleko/
Obiad	Krem z białych warzyw z kaszą jaglaną /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, <u>masło</u> , naturalny bulion z warzyw, <u>śmietana 30%</u> , kasza jaglana, przyprawy/ Wolno pieczony schab w sosie pieczeniowym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, <u>mąka pszenna – gluten</u> , przecier pomidorowy, <u>kasza perłowa – gluten</u> , buraki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ ze świeżymi truskawkami i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 8.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną / <u>mleko</u> , <u>płatki jęczmienne – gluten</u> /, chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwask żytni – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, żółty /z mleka/,ogórek zielony
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> , przyprawy/ Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, młode ziemniaki, surówka wiosenna /filet z kurczaka, <u>ser mozzarella z mleka</u> , pomidor, ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Buleczka wodna / <u>mąka pszenna 500</u> , woda, drożdże sól/ + owoce sezonowe: truskawki lub arbuz

Czwartek - 9.07.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, parówka na ciepło /100% z szynki/, ketchup, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, <u>barszcz w butelce - gluten</u> , ziemniaki, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, <u>śmietana 30% z mleka</u> , sól morska, pieprz/ Penne z pieczonym kurczakiem i sosem szpinakowo - śmietanowym, z serem mozzarella /filet drobiowy, szpinak mrożony, <u>śmietana 30% z mleka</u> , makaron: <u>mąka pszenna – gluten</u> , <u>ser mozzarella z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy desererek owocowy borówkowy / <u>ser biały z mleka</u> , jogurt naturalny z mleka, borówki, cukier/ + wafle ryżowe
Piątek – 10.07.26 r.	
Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2% / <u>gluten</u> , <u>mleko</u> /, bułka grahamka z masłem / <u>mąka graham 2000 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem / <u>ser biały z mleka</u> , jogurt naturalny z mleka/
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 30% z mleka</u> , makaron: <u>mąka pszenna- gluten</u> , przyprawy/ Pulpeciki rybne w cieście naleśnikowym, młode ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , jajka, <u>mleko</u> , ziemniaki, <u>masło z mleka</u> , kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto czekoladowe z porzeczką / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka razowa - gluten</u> , jaja, kakao naturalne, czekolada gorzka (wiórki), konfitura porzeczkowa, olej rzepakowy, <u>proszek do pieczenia – gluten</u> , cukier trzcinowy/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 13.07. - 17.07.2026 r – menu ziółki

Poniedziałek – 13.07.26r	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku /płatki jaglane, <u>mleko</u> /, chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szyńska wiejska, pomidor
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, brukselka, fasolka szparagowa, lubczyk, liść laurowy, <u>śmietana 30% z mleka</u> , pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/ Makaron „muszelki” z serem białym i musem z owoców sezonowych /makaron pszenny: mąka pszena – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, owoców sezonowych, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony
Wtorek – 14.07.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszena – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta włoska: twaróg z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata żurawinowa
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Eskalopki z kurczaka, ziemniaki, mizeria /mięso mielone drobiowe, jajka, bułka tarta – gluten, cebula, ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u> , olej, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszena, żytnia – gluten/
Środa – 15.07.26 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, jajecznicę /jajka, masło z mleka/, papryka, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa botwinka z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, pietruszka, cebula, por, <u>seler</u> ; młoda botwinka, ziemniaki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>masło klarowane z mleka</u> , świeży koperek, czosnek, sok z cytryny, przyprawy: sól, pieprz czarny, cukier/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszena - gluten, przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego i cebulki /ogórek kiszony, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszena 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> / + dżem z czarnej porzeczki + marchewka gotowana „mini”

Czwartek - 16.07.26 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwas żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, połędwica z indyka , ogórek zielony , kakao na mleku 2% / <u>mleko</u> /
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką /młody kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 30% z mleka</u> , makaron pszenny – <u>gluten</u> , pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper, pieprz/ Sznycelek mielony, kasza bulgur, młoda kapusta gotowana z koperkiem /mięso mielone wieprzowe, <u>jajka</u> , <u>bułka tarta – gluten</u> , <u>kasza bulgur – gluten</u> , kapusta biała, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , koperek, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy (borówkowy) z jogurtem naturalnym /jogurt z <u>mleka</u> /, ciasteczka kruche domowe / <u>masło</u> , tłuszcz roślinny, cukier puder, <u>proszek do pieczenia</u> , cukier waniliowy, <u>mąka pszenna</u> , <u>żółtka jajek</u> , cukier/
Piątek – 17.07.26 r.	
Śniadanie	Zupa mleczna: lane kluski na mleku / <u>mleko</u> , <u>mąka pszenna- gluten</u> , <u>jajko</u> /, bułka kajzerka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna z lososia / <u>losoś - ryba</u> , <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i kaszą jaglaną /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, kasza jaglana,, przyprawy/ Racuszki z jabłkami / <u>mleko 2,0%</u> , <u>mąka pszenna- gluten</u> , <u>jajka</u> , jabłka, olej, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Mini „pizzerinki” z serem mozzarella / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, pomidory pelati, <u>ser mozzarella z mleka</u> , przyprawy/, papryka

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

Jadłospis od 20.07. - 24.07.2026 r – menu żłobki

Poniedziałek – 20.07.26 r	
Śniadanie	Kaszka orkiszowa na mleku /kasza orkiszowa- gluten, mleko/, 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/, papryka
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Leniwe z musem ze świeżych borówek i jogurtu naturalnego /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, borówki, jogurt naturalny, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb żytni razowy z masłem /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, ogórek małosolny
Wtorek – 21.07.26 r	
Śniadanie	Bulka 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 żurawinowa
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, seler, por; kapusta włoska, masło, kasza manna z pszenicy – gluten, masło, zielona pietruszka, przyprawy/ Duszony filet z indyka w sosie koperkowym, ziemniaki, mizeria /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 30% z mleka, świeży koperek, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ ze świeżymi owocami sezonowymi (nektarynka) i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 22.07.26 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku /mleko, kasza manna - gluten/, chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, twarożek biały /ser biały z mleka/ + konfitura owocowa
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/ Makaron „świderki” z sosem bolońskim /makaron: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel cytrynowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat wiśniowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, wafle ryżowe

Czwartek - 23.07.26 r	
Śniadanie	Chleb foremka „cegielka” z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, „frankfurterki” na ciepło , ketchup, pomidor, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten</u> , <u>mleko</u> /
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , ziemniaki, <u>zakwas żurku</u> , <u>mąka żytnia - gluten</u> , <u>śmietana 30% z mleka</u> , przyprawy/ Naleśniki z serem białym i polewą ze świeżych malin // <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia - gluten</u> , jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, <u>świeże maliny</u> , cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Bułka z ziarnami z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> , <u>ziarna</u> /, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u> /, papryka + owoc sezonowy
Piątek – 24.07.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, pasta jajeczna ze szczypiorkiem / <u>jajka</u> , majonez, jogurt naturalny z <u>mleka</u> , <u>szczypiorek</u> /, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 30% z mleka</u> , ryż, zielona pietruszka, przyprawy/ Chrupiąca rybka w płatkach owsianych, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem / <u>filet z dorsza - ryba</u> , <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>mąka kukurydziana</u> , <u>bułka tarta - gluten</u> , jajka, mleko 2%, ziemniaki, <u>masło z mleka</u> , fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń waniliowy „szarlotka” / <u>mleko</u> , skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kurkumina, cukier/ z jabłkami, cynamonem i chrupkami kukurydzianymi

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

Jadłospis od 27.07. - 31.07.2026 r – menu żłobki

Poniedziałek – 27.07.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, kielbasa krakowska , ogórek zielony , herbata z cytryną
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 30% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, przyprawy/ Pierogi z serem białym i musem jagodowym / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>ser z mleka</u> , jagody, <u>cukier</u> / Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty / <u>z mleka</u> /, pomidor
Wtorek – 28.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną / <u>mleko</u> , <u>płatki jęczmienne – gluten</u> /, chleb foremka „cegiełka” z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, jajko , sos ketchupowo – majonezowy , szczypiorek
Obiad	Zupa botwinka z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, pietruszka, cebula, por, <u>seler</u> ; młoda botwinka, ziemniaki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>masło klarowane z mleka</u> , świeży koperek, czosnek, sok z cytryny, przyprawy: sól, pieprz czarny, cukier/ Pieczeń rzymska w sosie własnym, kasza jęczmienna, różyczki brokuła /mięso mielone wieprzowo – wołowe, <u>jajka</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>śmietana 30% z mleka</u> , przecier pomidorowy, <u>kasza jęczmienna – gluten</u> , brokół, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> / pasta: twarożek typu „tatziki” / <u>ser biały z mleka</u> , jogurt naturalny z mleka, ogórek zielony/, pomidor
Środa – 29.07.26 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasztet pieczony /mięso wp., <u>jajko</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , mleko w proszku, mleko/, pomidor , kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z pomidorów z kaszą jaglaną /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , kasza jaglana, przyprawy/ Polędwiczki drobiowe w sosie curry, ryż basmati, fasolka szparagowa z masłem /filet z kurczaka, wywar warzywny: marchewka, pietruszka, lubczyk; curry, mleko kokosowe, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , ryż basmati, fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deserek z mango / <u>ser biały z mleka</u> , jogurt naturalny z mleka, mango, cukier/ + palki kukurydziane

Czwartek - 30.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna: lane kluski na mleku /mleko, mąka pszenna – gluten, jajko/, chleb wiejski z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka wiejska, papryka
Obiad	Krem z zielonych warzyw: brokuły, cukinia, groszek zielony z kaszą jaglaną /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, marchew, kasza jaglana,, przyprawy/ Sznycelek mielony, młode ziemniaki, młoda kapusta z koperkiem /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, cebula, koperek, mąka orkiszowa - gluten, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Gofry /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko/ + powidła owocowe
Piątek – 31.07.26 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/, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morską, pieprz/ Ryż z musem ze świeżych owoców sezonowych na jogurcie naturalnym /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, owoce sezonowe/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto marchewkowo - jabłkowe /mąka pszenna - gluten, mąka razowa – gluten, jajka, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ + owoc sezonowy