

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

Jadłospis od 30.06. - 4.07.2025 r

Poniedziałek – 30.06.25 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> /, połudwica z indyka, ogórek zielony, 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> , <u>jajka</u> , <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> /, pasztet pieczony /mięso wp., <u>jajko</u> , <u>mąka pszenna</u> , mleko w proszku/, ogórek małosolny
Wtorek – 1.07.25 r	
Śniadanie	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, herbata owocowa
Obiad	Zupa meksykańska z warzywami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pietruszka; fasola czerwona, papryka mix, kukurydza, , czosnek, koncentrat pomidorowy 30%, 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 / <u>jogurt z mleka</u> / ze świeżymi truskawkami i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 2.07.25 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku z musem z borówek / <u>mleko</u> , <u>kasza manna - gluten</u> /, chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, żółty / <u>z mleka</u> /, pomidor

Obiad	Krem z pomidorów z grzankami z bagietki /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u>, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u>, 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	Bulka z ziarnami z masłem /<u>mąka pszenna - gluten</u>, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u>, <u>ziarna</u>: siemię lniane, słonecznik, sezam/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, <u>sezam</u>/, papryka
Czwartek - 3.07.25 r	
Śniadanie	Chleb żytni razowy z masłem /<u>mąka żytnia razowa 2000 - gluten</u>, <u>mąka pszenna 650 - gluten</u>, <u>kwasy</u> <u>żytni - gluten</u>, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u>/ Z twarogiem /z mleka/ i konfiturą owocową, kawa zbożowa inka /<u>kawa inka - gluten</u>, <u>mleko</u>/
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, <u>śmietana 30% z mleka</u>, <u>masło</u>, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: <u>mąka pszenna - gluten</u>, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, <u>ser mozzarella</u>, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z musem z malin /<u>mleko</u>, <u>jogurt naturalny</u>, <u>śmietana 30%</u>, cukier, żelatyna, maliny mrożone/, palki kukurydziane
Piątek – 4.07.25 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 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, <u>śmietana 30% z mleka</u>, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy /<u>mąka pszenna - gluten</u>, ser biały <u>z mleka</u>, ziemniaki, cebula, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, <u>śmietana 18% z mleka</u>, przyprawy/ Kompot

Podwieczorek	Ciasto cytrynowe z imbirem /<u>mąka pszenna</u> - <u>gluten</u>, <u>mąka razowa</u> - <u>gluten</u>, jaja, frużelina cytrynowa, skórka z cytryny, świeży imbir, olej rzepakowy, <u>proszek do pieczenia</u> – <u>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 7.07. - 11.07.2025 r Poniedziałek – 7.07.25 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /<u>mąka pszenna</u> 650 – <u>gluten</u>, <u>mąka żytnia</u> 720 - <u>gluten</u>, <u>kwask żytni</u> - <u>gluten</u>, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u>/, kielbasa krakowska, ogórek małosolny, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, <u>śmietana 30% z mleka</u>, pietruszka natka, zielony groszek, ziemniaki, przyprawy/ Pampuchy z musem ze świeżych truskawek /<u>mąka pszenna</u> – <u>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 – 8.07.25 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> /, herbata żurawinowa
Obiad	Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, <u>masło</u> , naturalny bulion z warzyw, <u>śmietana 30%</u> , <u>groszek ptysiov</u> : <u>mąka pszenna – gluten</u> , <u>jajko</u> , przyprawy/ Wieprzowina po azjatycku z kuskusem /szynka wieprzowa, mieszanka azjatycka: kiełki bambusa, imbir, grzyby mung, <u>seler</u> , pietruszka, marchewka, por, koncentrat pomidorowy 30%, <u>sos sojowy</u> , <u>kasza kuskus – gluten</u> / Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – <u>gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /+ powidła śliwkowe + kalarepka
Środa – 9.07.25 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną /mleko, płatki jęczmienne – gluten/, bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką /kasza jęczmienna - <u>gluten</u> , ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</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 /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/ + owoce sezonowe: truskawki lub arbuz
Czwartek - 10.07.25 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - <u>gluten</u> , <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, pomidor, 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/ Penne z brokułami w sosie śmietanowym z prażonymi migdałami / <u>makaron: mąka pszenna – gluten</u>, brokuły, <u>śmietana 30%, mąka pszenna</u>, przyprawy / Kompot
Podwieczorek	Domowy deserek owocowy borówkowy / <u>ser biały z mleka</u>, <u>jogurt naturalny z mleka</u>, borówki, cukier/ + wafle ryżowe
Piątek – 11.07.25 r.	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720 - gluten</u>, <u>mąka pszenna 650 – gluten</u>, <u>kwasy żytnie - gluten</u>, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u>/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /<u>jajka</u>, <u>majonez</u>, <u>jogurt naturalny z mleka</u>, <u>szczypiorek</u>/, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u>, koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 30% z mleka</u>, <u>makaron pszenny- gluten</u>, zielona pietruszka, przyprawy/ Paluszki rybne, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem /<u>filet z ryb białych</u>, <u>mąka typ 500 - gluten</u>, <u>olej słonecznikowy</u>, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, <u>masło z mleka</u>, fasolka, <u>masło z mleka</u>, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bulka kajzerka /<u>mąka pszenna 500 – gluten</u>, woda, drożdże, sól/, domowa nutella /<u>mleko</u>, <u>orzechy laskowe</u>, olej kokosowy, <u>masło</u>, kakao naturalne, <u>mleko w proszku</u>, cukier/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 14.07. - 18.07.2025 r

Poniedziałek – 14.07.25r

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> /, szynka wiejska, 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 morską, pieprz/ Makaron „muszelki” z serem białym i musem ze świeżych borówek / <u>makaron pszenny: mąka pszenna – gluten</u> , <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , świeże borówki, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony

Wtorek – 15.07.25 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi / <u>mleko</u> /, chalka z masłem / <u>mąka pszenna</u> - <u>gluten</u> , <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , <u>jajko</u> , drożdże/ i konfiturą owocową
Obiad	Zupa kalafiorowa z makaronem i zieloną pietruszką /młody kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>makaron pszenny</u> – <u>gluten</u> , pietruszka natka, lubczyk, sól morską, majeranek, koper, pieprz/ Podudzia pieczone, młode ziemniaki, mizeria /podudzia pieczone, ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , świeży ogórek, <u>jogurt grecki z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy / <u>mleko</u> , skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża / <u>mąka pszenna</u> , <u>żytnia</u> – <u>gluten</u> /
Środa – 16.07.25 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem / <u>mąka kukurydziana</u> , <u>mąka pszenna 650</u> – <u>gluten</u> , <u>mąka żytnia 720</u> – <u>gluten</u> woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, jajko , pomidor, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka</u> – <u>gluten</u> , <u>mleko</u> /
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, <u>mąka pszenna</u> - <u>gluten</u> , przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb graham z masłem / <u>mąka graham 2000</u> - <u>gluten</u> , <u>mąka pszenna</u> – <u>gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> / + owoc sezonowy
Czwartek - 17.07.25 r	
Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem / <u>mąka żytnia 720</u> - <u>gluten</u> , <u>mąka pszenna 650</u> – <u>gluten</u> , <u>kwask żytni</u> - <u>gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, połędwica z indyka, ogórek zielony, herbata z cytryną

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</u> - <u>mąka pszenna</u> – <u>gluten</u>, przyprawy/ Szaszłyki drobiowe z warzywami, ryż /filet z kurczaka, papryka, cebula, cukinia, ryż, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy (borówkowy) z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, ciasteczka kruche domowe /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, <u>proszek do pieczenia</u>, cukier waniliowy, <u>mąka pszenna</u>, <u>żółtka jajek</u>, cukier/
Piątek – 18.07.25 r	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /<u>mąka graham 2000</u> - <u>gluten</u>, <u>mąka pszenna 650</u> – <u>gluten</u>, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u>/, pasta rybna – jajeczna /<u>tuńczyk-ryba</u>, <u>jajka</u>, <u>szczypiorek</u>, papryka, cebula, <u>majonez</u>, przyprawy/, herbata owocowa
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u>; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie</u> - <u>gluten</u>, przyprawy/ Racuszki z jabłkami /mleko 2,0%, <u>mąka pszenna-gluten</u>, <u>jajka</u>, jabłka, olej, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Mini „pizzerinki” z serem mozzarella /<u>mąka pszenna 650</u> – <u>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 21.07. - 25.07.2025 r
Poniedziałek – 21.07.25 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	Krem z zielonych warzyw: brokuły, cukinia, groszek zielony z grzankami z bagietki /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, <u>masło</u> , naturalny bulion z warzyw, <u>śmietana 30%</u> , marchew, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Ryż z musem ze świeżych truskawek na jogurcie naturalnym /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , truskawki/ Kompot
Podwieczorek	Bulka z ziarnami z masłem / <u>mąka pszenna- gluten</u> , woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka</u> , <u>ziarna</u> /, pasztet pieczony /mięso wp., <u>jajko</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , mleko w <u>proszku</u> , mleko/, papryka
Wtorek – 22.07.25 r	

Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka żytnia, pszenna – <u>gluten</u> , masło z mleka/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z <u>mleka</u> , suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata żurawinowa
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar mięśny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>masło</u> , ziemniaki, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Filet drobiowy panierowany, młode ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, <u>mąka pszenna</u> - <u>gluten</u> , bułka tarta- <u>gluten</u> , jajka, jogurt z mleka, ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , świeży ogórek, <u>jogurt</u> <u>grecki z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Koktajl borówkowy na maślanec z płatkami owsianymi /maślanka z mleka, borówki, płatki owsiane - <u>gluten</u> /, palki kukurydziane
Środa – 23.07.25 r	
Śniadanie	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna 650</u> – <u>gluten</u> , <u>mąka żytnia</u> <u>720</u> – <u>gluten</u> woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, twarożek biały /ser biały z mleka/ + konfitura owocowa, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięśny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, <u>seler</u> , por; kapusta włoska, <u>masło</u> , <u>kasza manna z pszenicy</u> – <u>gluten</u> , <u>masło</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Shoarma turecka drobiowa, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem /udziec z kurczaka, pieczarki, papryka, cebula, przyprawa do gyrosa - <u>gorczyca</u> , <u>mąka pszenna</u> - <u>gluten</u> , przecier pomidorowy, <u>kasza bulgur</u> - <u>gluten</u> , kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel wiśniowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat wiśniowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, wafle ryżowe
Czwartek - 24.07.25 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – <u>gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z <u>mleka</u> /, pomidor, herbata z cytryną