

Jadłospis od 01.04. - 3.04.2026 r

Środa – 1.04.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Barszcz świąteczny z białą kielbasą i ziemniakami /biała kielbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/ 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 wielkanocne „KEKS” /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, bakalie: skórka pomarańczowa suszona, żurawina, rodzynki, suszone figi, i morele, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy, cukier puder, aromat waniliowy/ + owoc sezonowy
Czwartek - 2.04.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna: lane kluski na mleku /mleko, mąka pszenna- gluten, jajko/, bułeczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, dżem owocowy
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Sznycelek mielony, ziemniaki, surówka z buraczków z jabłkiem /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, buraki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Serek ziarnisty /twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól/, grissini /mąka pszenna – gluten, olej słonecznikowy, sól, drożdże, oliwa z oliwek/, papryka
Piątek – 3.04.26 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylią, olej lniany/, kakao na mleku 2%
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, fasolka, masło z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ryż z prażonymi jabłkami /ryż, jabłka, cynamon, cukier/

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

Jadłospis od 7.04. - 10.04.2026 r

Poniedziałek – 6.04.26 r	
Wtorek – 7.04.26 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	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, groszek ptysiowy: jajko, olej, mąka pszenna - gluten, przyprawy/ Pampuchy z musem bananowym /mąka pszenna – gluten, jajko, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, banany, 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
Środa – 8.04.26 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 porzeczkowa, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
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/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszenna, żytnia – gluten/
Czwartek – 9.04.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, schab pieczony, papryka, kakao na mleku 2%
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/ 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	Jablecznik z cynamonem /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jajka, jabłka prażone, cynamon, olej rzepakowy, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten/ + owoc sezonowy

Piątek – 10.04.26 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 rybna – jajeczna / <u>tuńczyk- ryba</u> , <u>jajka</u> , szczypiorek, papryka, cebula, <u>majonez</u> , przyprawy/, herbata żurawinowa
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Naleśniki z serem białym i polewą malinową // <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia- gluten</u> , <u>jajka</u> , mleko 1.5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, 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 / <u>mleko</u> /, pomidor

Jadłospis od 13.04. - 17.04.2026 r

Poniedziałek – 13.04.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, kielbasa krakowska, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, ziemniaki, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ Racuszki z jabłkami /mleko 2,0%, mąka pszenna- gluten, jajka, jabłka, olej, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chlebek kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, masło z mleka/, ser żółty /z mleka/, papryka
Wtorek – 14.04.26 r	
Śniadanie	Chleb foremka „cegielka” z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, wiejski twaróg ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata żurawinowa
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, zielona pietruszka, 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 /jagoda/ i chrupkami kukurydzianymi
Środa – 15.04.26 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/, połędwica z indyka, pomidor
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/ Podudzia pieczone, ziemniaki, mizeria /podudzia pieczone, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, olej, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mini „pizzerinki” z serem mozzarella /mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, pomidory pelati, ser mozzarella z mleka, przyprawy/, oliwki zielone i czarne

Czwartek - 16.04.26 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> /, schab pieczony, ogórek zielony, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten, mleko</u> /
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 mięsem /wołowina, cebula, <u>mąka pszenna - gluten</u> , przyprawy/, salatka z ogórka kiszzonego i cebulki /ogórek kiszony, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z mussem z malin / <u>mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%</u> , cukier, żelatyna, maliny mrożone/, pałki kukurydziane

Piątek – 17.04.26 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> /, jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem /wywar warzywny: marchew, <u>seler</u> , pieczarki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , makaron pszenny – gluten, zielona pietruszka, przyprawy/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem / <u>filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, bułka tarta - gluten, jajka, jogurt z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka</u> , kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto „chlebek bananowy z nasionami chia” / <u>mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, banany, nasiona chia, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten</u> , cukier trzcinowy/ + owoc sezonowy

Jadłospis od 20.04. – 24.04.2026 r

Poniedziałek – 20.04.26 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	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/ Ryż z musem owoce leśne na jogurcie naturalnym /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina, 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 /, wędlina krakowska, ogórek kiszony
Wtorek - 21.04.26 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/, wiosenny twarożek ze szczypiorkiem i rzodkiewką /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek, rzodkiewka/, herbata z cytryną
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 bulgur, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, mąka pszenna - gluten, przecier pomidorowy, kasza bulgur – gluten, buraki, jabłko, 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
Środa – 22.04.26 r	
Śniadanie	Kaszka manna na mleku /mleko, kasza manna - gluten/, chleb foremka „cegielka” z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka pszenna 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/
Obiad	Zupa grysikowa na rosole /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, seler, por; kapusta włoska, ziemniaki, masło, kasza manna z pszenicy – gluten, masło, zielona pietruszka, przyprawy/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, młoda kapusta gotowana z koperkiem /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta młoda, koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy (brzoskwiniowy) z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, ciasteczka kruche domowe /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/

Czwartek - 23.04.26 r

Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka wiejska, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, groszek ptysiowy: jajko, olej, mąka pszenna - gluten, przyprawy/ 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	Weka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ pasta: twarożek typu „tztziki” /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, ogórek zielony/, pomidor

Piątek - 24.04.26 r

Śniadanie	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta rybna z lososia /łosos - 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/ Leniwe z musem borówkowym i jogurtem naturalnym /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, masło z mleka, borówki, jogurt naturalny, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto szpinakowe /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, szpinak mrożony, mus jabłkowy, 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 27.04. - 30.04.2026 r

Poniedziałek – 27.04.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, połędwica z indyka, papryka, 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 morską, śmietana z mleka, przyprawy/ Makaron „świderki” z serem białym i musem brzoskwiowym /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, 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/, paszтет pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, pomidor
Wtorek – 28.04.26 r	
Śniadanie	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/, jajko, pomidor, kakao na mleku 2%
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 „coleslaw” /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta biała, cebula, marchewka, majonez, cytryna, przyprawy / Kompot
Podwieczorek	Bułka z ziarnami z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, papryka
Środa – 29.04.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, zielona pasta z awokado z serem białym, pieczonymi warzywami i mielonymi i pestkami słonecznika /ser biały z mleka, awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika, jogurt naturalny z mleka/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ziemniaki, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + powidła śliwkowe + marchewka gotowana „mini”

Czwartek - 30.04.26 r

Śniadanie	Chleb staropolski (żytni domowy) z masłem /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, ogórek zielony , herbata żurawinowa
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami z bagietki /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , brokuł, kalafior, groszek zielony, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>grzanki pszenne - gluten</u> , sól przyprawy/ Shoarma turecka drobiowa, ryż, surówka z czerwonej kapusty /udziec z kurczaka, pieczarki, papryka, cebula, brokuł, kalafior, marchewka, przyprawa do gyrosa - <u>gorczyca</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , przecier pomidorowy, ryż, kapusta czerwona, jabłko, ogórek kiszony, cebula, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deserek owocowy borówkowy / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , borówki, cukier/ + pałki kukurydziane