

Jadłospis od 1.06. - 5.06.2026 r

Poniedziałek – 1.06.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, papryka, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z pomidorów z soczewicą z grzankami /wywar; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, soczewica, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Kluski śląskie z sosem pieczarkowym, surówka chińska /ziemniaki, <u>mąka pszenna- gluten</u> , mąka ziemniaczana, <u>jajka</u> , pieczarki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/ 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 – 2.06.26 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, pomidor, herbata żurawinowa
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/ 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 – 3.06.26 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, młoda kapusta z koperkiem /filet z kurczaka, <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>bulka tarta- gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>jogurt z mleka</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kapusta, cebula, koperek, koncentrat pomidorowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> / + powidła śliwkowe + marchewka gotowana „mini”
Czwartek – 4.06.26 r	

Piątek – 5.06.26 r

Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna z łososia /łosoś - ryba, <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz czerwony zabelany z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; 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 /mąka pszenna- gluten, <u>ser biały z mleka</u> , ziemniaki, cebula, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z musem z malin /mleko, jogurt naturalny, <u>śmietana 30%</u> , cukier, żelatyna, maliny/, wafle ryżowe + owoc sezonowy

Jadłospis od 8.06. - 12.06.2026 r

Poniedziałek – 8.06.26 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, ogórek małosolny, herbata z cytryną
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 30% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż, 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	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 – 9.06.26 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/, pasta jajeczna ze szczypiorkiem /jajka, majonez, jogurt naturalny z mleka, szczypiorek/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
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, sól, 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	Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, palki kukurydziane
Środa – 10.06.26 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, twarożek biały /ser biały z mleka/+ konfitura porzeczkowa, herbata z cytryną
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny: gluten, przyprawy/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, bułka tarta - gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, ogórek, jogurt 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 - 11.06.26 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/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, 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	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 – 12.06.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /mleko/, bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – 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/
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i makaronem /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, pietruszka natka, zielony groszek, makaron, 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 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 15.06. - 19.06.2026 r

Poniedziałek 15.06.26 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	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/ Makaron „muszelki” zapiekany z jabłkami i cynamonem oraz polewą waniliową /makaron pszenny – gluten, olej, jabłka, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia, miód/ 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 – 16.06.26 r	
Śniadanie	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta włoska: twaróg 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	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszenna, żytnia – gluten/
Środa – 17.06.26 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/, jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
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 morską, 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	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ ze świeżymi truskawkami i chrupkami kukurydzianymi

Czwartek – 18.06.26 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	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/ Podudzia pieczone, ziemniaki, mizeria /podudzia pieczone, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Sztangielka z masłem /mąka pszenna 500, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + wędlina krakowska, ogórek małosolny
Piątek - 19.06.26 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/, pasta rybna z lososia /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/, kakao na mleku 2%
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, przyprawy/ Naleśniki z serem białym i polewą malinową //mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto szpinakowe /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jajka, 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 22.06. - 26.06.2026 r

Poniedziałek – 22.06.25 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, ser żółty /z mleka/, papryka, herbata z cytryną
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami i czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Ryż z mussem ze świeżych truskawek na jogurcie naturalnym /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka</u> , truskawki/ Kompot
Podwieczorek	Chleb kukurydziany z masłem /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten</u> woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, filet z indyka, ogórek zielony
Wtorek – 23.06.2026 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, jajko, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, <u>śmietana 30% z mleka, masło</u> , ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Sznycelek mielony, kasza bulgur, młoda kapusta gotowana z koperkiem /mięso mielone wieprzowe, <u>jajka, bułka tarta – gluten, kasza bulgur – gluten</u> , kapusta biała, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , koperek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Chalka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> / + miód + mix świeżych owoców sezonowych
Środa – 24.06.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, wędlina 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, <u>makaron pszenny - mąka pszenna – gluten</u> , przyprawy/ Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarella i pomidorem, ziemniaki, surówka wiosenna /filet z kurczaka, <u>ser mozzarella z mleka</u> , pomidor, ziemniaki, <u>mleko, masło z mleka</u> , kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Serek ziarnisty / <u>twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól</u> /, grissini /mąka pszenna – gluten, olej słonecznikowy, sól, drożdże, oliwa z oliwek/, papryka

Czwartek - 25.06.26 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/, pasztet pieczony /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/, ogórek zielony, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, pietruszka, seler, brukselka, fasolka, ziemniaki, czosnek, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, czosnek, cebula, seler, marchew, por, ser mozzarella, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deser owocowy mango /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, mango, cukier/ + palki kukurydziane
Piątek – 26.06.26 r	
Śniadanie	Bulka 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 pieczarkowa z makaronem /wywar warzywny: marchew, seler, pieczarki, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, zielona pietruszka, przyprawy/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, bułka tarta - gluten, jajka, jogurt z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto marchewkowe z białą czekoladą /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, cynamon, jajka, 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 29 - 30.06.2026 r

Poniedziałek – 29.06.26 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	Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – 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/, ser żółty /z mleka/, ogórek małosolny
Wtorek – 30.06.26 r	
Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta: twarożek typu „tatziki” /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, ogórek zielony/, kawa zbożowa inka /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, fasolka szparagowa, kalafior, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny - gluten, przyprawy/ Duszony filec z indyka w sosie neapolitańskim, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką /filec z indyka, cebula, czosnek, bazylija, oregano, pomidory pelati, kasza jęczmienna – gluten, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bułka sztangielka /mąka pszenna - gluten, woda, drożdże sól/, domowa nutella /mleko, orzechy laskowe, olej kokosowy, kakao naturalne, mleczna czekolada, cukier/ + owoc sezonowy