

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 bez jajka

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, <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> , mąka żytnia - gluten, śmietana 30% z mleka, przyprawy/ Naleśniki bez jajka z jabłkami i polewą jogurtową / <u>mąka pszenna - gluten</u> , mąka żytnia- <u>gluten</u> , napój ryżowy, jabłka, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Chleb z siemieniem lnianym z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, 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 /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, 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 /kawa inka – gluten, mleko/
Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , fasolka szparagowa, kalafior, <u>śmietana 30% z mleka</u> , makaron pszenny - gluten, przyprawy/ Duszony filet z indyka w sosie neapolitańskim, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z indyka, cebula, czosnek, bazylia, oregano, pomidory pelati, <u>kasza jęczmienna – gluten</u> ., biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bulka sztangelka /mąka pszenna - gluten, woda, drożdże sól/, domowa nutella / <u>mleko</u> , <u>orzechy laskowe</u> , olej kokosowy, kakao naturalne, <u>mleczna czekolada</u> , cukier/

Środa – 1.07.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, szynka drobiowa, pomidor, kakao na mleku 2% /mleko/
Obiad	Krem wielowarzywny z grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, 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 (bez jajka), młode ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, siemię lniane, mąka bezglutenowa, 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	Bulka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, pasta rybna z lososia /losos – 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	Ciastko bez jajka – wyrób własny /mąka kukurydziana, mąka owsiana bezglutenowa, mąka ryżowa, białko sojowe, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, sól, woda (opcjonalnie: suszona żurawina, chia, karob)/

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 bez jajka

Poniedziałek – 6.07.26 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 małosolny, herbata z cytryną
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/ Kopytka z musem ze świeżych truskawek / ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka kukurydziana, jogurt naturalny z mleka, truskawki, 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 – 7.07.26 r	
Śniadanie	Chleb wiejski z masłem /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, pasta z awokado i pieczonej cukinii ze szczypiorkiem /awokado, cukinia, szczypiorek/, kakao na mleku 2% /mleko/
Obiad	Krem z białych warzyw z grzankami /kalafior, ziemniaki, pietruszka, karczochy, por, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, grzanki pszenne- gluten, 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	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ ze świeżymi truskawkami i chrupkami kukurydzianymi

Środa – 8.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i żurawiną /mleko, płatki jęczmienne – gluten/, 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
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 – 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 /mąka graham 2000 - gluten, <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, schab pieczony, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, <u>barszcz w butelce</u> - gluten, 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 deser owocowy borówkowy / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , borówki, cukier/ + wafle ryżowe
Piątek – 10.07.26 r.	
Śniadanie	Bulka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, wiejski twarożek ze szczypiorkiem / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> /, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – gluten, mleko</u> /
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>makaron: mąka pszenna- gluten</u> , przyprawy/ Pulpeciki rybne w panierce, młode ziemniaki, surówka z kiszzonej kapusty z marchewką i jabłkiem / filet z dorsza - <u>ryba</u> , mąka kukurydziana, siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, <u>masło z mleka</u> , kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciastko bez jajka – wyrób własny /mąka kukurydziana, mąka owsiana bezglutenowa, mąka ryżowa, białko sojowe, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, sól, woda (opcjonalnie: suszona żurawina, chia, karob)/

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 bez jajka

Poniedziałek – 13.07.26r	
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> /, szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kureczak; 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 / <u>makaron pszenny</u> : mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, owoców sezonowych, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Chleb słonecznikowy ciemny z masłem /mąka pszenna 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 pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią / <u>ser biały z mleka</u> , suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, herbata żurawinowa
Obiad	Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna</u> - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ 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 /mąka pszenna, żytnia – gluten/

Środa – 15.07.26 r	
Śniadanie	Buleczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka drobiowa, ketchup, 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, <u>mąka pszenna - gluten</u> , przyprawy/, sałatka z ogórka kiszonego i cebulki /ogórek kiszony, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , 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>kwask żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, połudwica 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 bez jajka, kasza bulgur, młoda kapusta gotowana z koperkiem / mięso mielone wieprzowe, kasza jagłana, <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 / <u>jogurt z mleka</u> /, ciasteczka bez jajka
Piątek – 17.07.26 r.	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem / <u>mąka pszenna 500 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, pasta rybna z lososia / <u>łosos</u> – ryba, <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, herbata z cytryną
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Racuszki z jabłkami (bez jajka) / napój ryżowy, <u>mąka pszenna- gluten</u> , drożdże, 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 bez jajka

Poniedziałek – 20.07.26 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/, papryka, 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 (bez jajka) z musem ze świeżych borówek i jogurtu naturalnego /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna – gluten, mąka ziemniaczana, 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/, szynka wp., 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/ Filet drobiowy w panierce bez jajka, młode ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka kukurydziana, siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, 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	Kasza 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/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, mięso mielone wołowe, pomidory pelati, 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> /, polędwica z indyka, 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 (bez jajka) z serem białym i polewą ze świeżych malin / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia- gluten</u> , napój ryżowy, <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , świeże maliny, 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
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 z szynki, z majonezem wegańskim ze szczypiorkiem /szynk drobiowa, majonez wegański, szczypiorek/, 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/ Paluszki rybne, młode ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem / <u>filet z ryb białych</u> , <u>mąka typ 500 - gluten</u> , olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, 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 bez jajka

Poniedziałek – 27.07.26 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 - gluten</u> , <u>kwas 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 /z mleka/, pomidor
Wtorek – 28.07.26 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>kwas żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynk drobiowa, ketchup, szczypiorek, kawa zbożowa inka / <u>kawa inka – 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/ Pieczeń rzymska w sosie własnym (bez jajka), kasza jęczmienna, różyczki brokuła /mięso mielone wieprzowo – wołowe, <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>kwas żytni – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka wp, pomidor, kakao na mleku 2%
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>grzanki pszenne – 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	Domowy deserek z mango / <u>ser biały z mleka</u> , <u>jogurt naturalny z mleka</u> , mango, cukier/ + palki kukurydziane
Czwartek - 30.07.26 r	
Śniadanie	Zupa mleczna: płatki owsiane na mleku / <u>mleko</u> , <u>gluten</u> /, chleb wiejski z masłem / <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u> , woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka</u> /, szynka wiejska, papryka
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem /wywar warzywny: marchew, <u>seler</u> , pieczarki, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>makaron pszenny – gluten</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Kotlet schabowy w panierce bez jajka, młode ziemniaki, młoda kapusta z koperkiem / schab bez kości, siemię lniane, mąka kukurydziana, <u>bułka tarta – gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kapusta biała, cebula, koperek, <u>mąka orkiszowa – gluten</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Wafle ryżowe + powidła owocowe
Piątek – 31.07.26 r	
Śniadanie	Bułka 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 lososia / <u>łosoś – ryba</u> , <u>ser biały</u> , papryka, cebula, przyprawy/, 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/ Ryż z musem ze świeżych owoców sezonowych na jogurcie naturalnym /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , owoce sezonowe/ Kompot
Podwieczorek	Ciastko bez jajka – wyrób własny /mąka kukurydziana, mąka owsiana bezglutenowa, mąka ryżowa, białko sojowe, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, sól, woda (opcjonalnie: suszona żurawina, chia, karob)/