

**Jadłospis od 2.04. - 5.04.2024 r – menu bezmleczne**

<b>Poniedziałek – 1.04.24 r</b>	
<b>Wtorek - 2.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>humus</b> /ciecierzyca, sezam/, <b>ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, przyprawy/ <b>Ryż z musem owoce leśne na jogurcie sojowym</b> /ryż, jogurt sojowy, borówka, jeżyna, malina, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Weka</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>szynka wiejska, pomidor</b>
<b>Środa – 3.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>jajko, pomidor, kakao na napoju sojowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso drobiowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ <b>Eskalopki drobiowe w sosie warzywnym, kasza bulgur, surówka z białej kapusty z marchewką</b> /filet z kurczaka, mąka ziemniaczana, śmietana roślinna, seler, pietruszka, marchewka, por, kasza bulgur – gluten, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułeczka kukurydziana</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól/ + „wegański twarożek” z rzodkiewką i szczypiorkiem /słonecznik, rzodkiewka, szczypiorek/
<b>Czwartek - 4.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>polędwica z indyka, papryka, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ogórkowa z ryżem</b> /wywar warzywny, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, susz warzywny/ <b>Spaghetti bolońskie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone drobiowe, pomidory pelatti, czosnek, wegański „ser”, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kaszka owsiana bezglutenowa na napoju sojowym</b> /soja/ z owocami sezonowymi (mango) i chrupkami kukurydzianymi
<b>Piątek – 5.04.24 r</b>	

<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>pasta rybna z łososia</b> /łosoś - ryba, papryka, cebula, przyprawy/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, śmietana roślinna, zielona pietruszka, przyprawy/  <b>Pierogi z owocami, surówka z marchewki, jabłka i soku z pomarańczy</b> /mąka pszenna-gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, jabłko, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto marmurkowe</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jaja, kakao naturalne, olej rzepakowy, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten/

Jadłospis od 8.04. - 12.04.2024 r – menu bezmleczne

Poniedziałek – 8.04.24 r	
Śniadanie	<b>Chleb pszenno-żytni</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>kielbasa krakowska, ogórek kiszony, herbata z cytryną</b>
Obiad	<b>Zupa pomidorowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, przyprawy/ <b>Makaron „świderki” z tofu i brzoskwinia</b> /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, jajko, tofu z soi, jogurt sojowy, brzoskwinia, cukier/ <b>Kompot</b>
Podwieczorek	<b>Chlebek kukurydziany</b> /mąka kukurydziana, mąka pszenna– gluten, mąka żytnia– gluten woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>filet z indyka z oliwkami zielonymi i pomidorem</b>
Wtorek – 9.04.24 r	
Śniadanie	<b>Chleb graham</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>pasta ze słonecznika + konfitura owocowa, herbata z cytryną</b>
Obiad	<b>Krem brokułowo- groszkowy z grzankami z bagietki</b> /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, naturalny bulion z warzyw, śmietana roślinna, grzanki pszenne - gluten, przyprawy/ <b>Wolno pieczony schab w sosie własnym, kasza perłowa, surówka z buraczków z jabłkiem</b> /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/ <b>Kompot</b>
Podwieczorek	<b>Bułka z ziarnami</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>domowy humus</b> /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, <b>papryka</b>
Środa – 10.04.24 r	
Śniadanie	<b>Płatki jaglane na napoju sojowym</b> /płatki jaglane, soja/, <b>chleb wiejski</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>schab pieczony, papryka, herbata żurawinowa</b>
Obiad	<b>Krupnik warzywny na kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieloną pietruszką</b> /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana roślinna, przyprawy/_ <b>Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria ze śmietaną roślinną</b> /filet z kurczaka, mąka kukurydziana, siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, świeży ogórek, śmietana roślinna, przyprawy/ <b>Kompot</b>
Podwieczorek	<b>Budyń czekoladowy na napoju kokosowym</b> /skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, <b>pieczywo chrupkie 3 zboża</b> /mąka pszenna, żytnia – gluten/
Czwartek – 11.04.24 r	
Śniadanie	<b>Bułka kajzerka</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>szynka wiejska, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>

<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>se- ler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, pietruszka natka, ziem- niaki, przyprawy/  <b>Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką</b> /filet z kurczaka, ryż, cebula, cuki- nia, papryka, marchewka, brokuł, kalafior, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem sojowym</b> / <u>jogurt z soi</u> /, <b>ciasteczka bezmleczne</b>
<b>Piątek – 12.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) / <u>mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten</u> , woda, drożdże, sól/, <b>pasta jajeczna ze szczypiorkiem</b> / <u>jajka, majonez, szczypiorek</u> /, <b>kakao na napoju sojowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa kalafiorowa z makaronem „muszelki” i zieloną pietruszką</b> /kalafior, marchewka, pietruszka, <u>se- ler</u> , por, kapusta włoska, <u>makaron pszenny: gluten, jajko</u> , pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper/  <b>Filet rybny w panierce, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem</b> / <u>filet z ryb białych</u> , mąka kukurydziana, siemię lniane, bułka tarta bezglutenowa, ziemniaki, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Jablecznik z cynamonem</b> / <u>mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jabłka, jaja, proszek do pieczenia – gluten</u> , cukier trzcinowy, cynamon, olej rzepakowy/

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

**Jadłospis od 15.04. - 19.04.2024 r – menu bezmleczne**

<b>Poniedziałek – 15.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni</b> /mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>szynka wiejska, ogórek, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ziemniaczano - warzywna z zieloną pietruszką</b> /wywar mięsny: szynka wieprzowa; warzywny: marchewka, seler, zielona pietruszka, ziemniaki, przyprawy/ <b>Kopytka z musem z truskawek i jogurtu sojowego</b> / ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka kukurydziana, truskawki, jogurt sojowy, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb kukurydziany</b> /mąka kukurydziana, mąka pszena 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól/, <b>humus</b> /ciecierzyca, suszone pomidory, sezam/, <b>pomidor</b>
<b>Wtorek – 16.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb foremka „cegielka”</b> /mąka pszena 650 – gluten, mąka pszena 500 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kakao na napoju sojowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pomidorów z grzankami</b> /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ <b>Podudzia pieczone, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem</b> /podudzia z kurczaka, ziemniaki, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa z oliwek, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Salatka owocowa</b> /melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ + <b>bułeczka wodna</b> /mąka pszena 500, woda, drożdże sól/
<b>Środa – 17.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Płatki owsiane bezglutenowe na napoju sojowym</b> /płatki owsiane bezglutenowe, soja /, <b>chleb staropolski</b> (żytni domowy) /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszena 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>„wegański twarożek” ze szczypiorkiem</b> /słonecznik/, <b>herbata żurawinowa</b>
<b>Obiad</b>	<b>Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką</b> /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso drobiowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszena - gluten, jajko/ <b>Strogonoff z szynki z papryką i pomidorami i ogórkiem kiszonym, kasza bulgur</b> /szynka wieprzowa, mąka z amarantusa, mąka typ 500 - gluten, cebula, pieczarki, ogórek konserwowy, cukinia, pomidory, papryka, kasza bulgur - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Wafle ryżowe z kremem czekoladowym</b> /powidło, kakao/
<b>Czwartek - 18.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb wiejski</b> /mąka pszena – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>szynka wp, papryka, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa koperkowa z ryżem</b> /wywar mięsny: kaczka, śmietana roślinna, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/

	<b>Pierogi z mięsem</b> /mięso wp, cebula, <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka jęczmienna- gluten</u> , jajka, przyprawy/, <b>sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki</b> /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Pana cotta kokosowa z musem z malin</b> /mleko kokosowe, cukier, żelatyna, maliny mrożone/, <b>pałki kukurydziane</b>
<b>Piątek – 19.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>pasta rybna – jajeczna</b> / <u>tuńczyk-ryba</u> , jajka, szczypiorek, papryka, cebula, <u>majonez</u> , przyprawy/, <b>kakao na napoju kokosowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami</b> /kielbasa, <u>barszcz w butelce - gluten</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, sól morską, pieprz/ <b>Ryż z jabłkami i jogurtem sojowym</b> /ryż, jabłka, cynamon, <u>jogurt z soi</u> / <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Tortilla z szynką, pomidorem i sałatą zieloną</b> / <u>mąka pszenna – gluten</u> , woda, <u>mąka żytnia – gluten</u> , sól, olej rzepakowy, przyprawy/

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

**Jadłospis od 22.04. – 26.04.2024 r – menu bezmleczne**

<b>Poniedziałek – 22.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułeczka kukurydziana</b> /mąka kukurydziana, <u>mąka pszenna 650 – gluten</u> , <u>mąka żytnia 720 – gluten</u>

	woda, drożdże, sól/, <b>humus /sezam/, pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/  <b>Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową – cynamonową na jogurcie sojowym</b> /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z soi, cukier/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb z siemieniem lnianym</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, siemię lniane/, <b>polędwica z indyka, papryka</b>
<b>Wtorek - 23.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb żytni razowy</b> /mąka żytnia razowa 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/ <u>tofu</u> /z soi/ i <b>konfiturą owocową, kakao na napoju sojowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa grysikowa na rosole</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak – warzywny: marchewka, <u>seler</u> , por; kapusta włoska, kalafior, brokuł, <u>kasza manna z pszenicy - gluten</u> , zielona pietruszka, przyprawy/  <b>Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych, ziemniaki, fasolka szparagowa</b> / filet z kurczaka, płatki kukurydziane, mąka kukurydziana, siemię lniane, ziemniaki, fasolka, olej, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Kisiel truskawkowy</b> /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/, <b>ciasteczka bezmleczne</b>
<b>Środa – 24.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>jajko, sos ketchupowo – majonezowy, ogórek zielony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa ogórkowa z ziemniakami</b> /wywar warzywny, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, ziemniaki, śmietana roślinna, lubczyk, susz warzywny/  <b>Wieprzowina po chińsku z brązowym ryżem</b> /szynka wieprzowa, mieszanka chińska: cukinia, pieczarka, grzyby mung, <u>seler</u> , pietruszka, marchewka, por, ananas, pomidory, <u>sos sojowy</u> , ryż brązowy/ <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Deser owocowy „mango – lassi” na jogurcie sojowym</b> /jogurt sojowy, mango, miód, cynamon/ <b>z płatkami owsianymi</b> / <u>gluten</u> / i <b>kukurydzianymi</b>
<b>Czwartek - 25.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb wiejski</b> /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>schab pieczony, ogórek kiszony, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Zupa pomidorowa z makaronem</b> /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>makaron pszenny- gluten</u> , jajko, przyprawy/  <b>Naleśniki bezmleczne z jabłkami prażonymi i polewą z jogurtu sojowego</b> /mąka pszenna – gluten, napój ryżowy, jabłko <u>jogurt sojowy</u> , przyprawa waniliowa/

	<b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Chleb słonecznikowy ciemny</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, pszenica prażona, ziarna słonecznika, woda, drożdże, sól/, <b>filet z indyka, pomidor</b>
<b>Piątek - 26.04.23 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Bułka grahamka</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>zielona pasta z awokado z pieczonymi warzywami i mielonymi pestkami słonecznika</b> /awokado, marchewka, brokuł, cukinia, pestki słonecznika/, <b>herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z pieczonych buraczków z czosnkiem i groszkiem ptysiowym</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, czosnek, przyprawy, groszek ptysiowy: mąka pszenna- gluten, jajko, przyprawy/  <b>Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem</b> /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, ziemniaki, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Ciasto czekoladowa "kokosanka</b> /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jaja, olej rzepakowy, kakao naturalne, mleko kokosowe, wiórki kokosowe, cukier trzcinowy, proszek do pieczenia – gluten /

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

**Jadłospis od 29.04. - 3.05.2025 r – menu bezmleczne**

<b>Poniedziałek – 29.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb pszenno-żytni</b> /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną</b>



<b>Obiad</b>	<b>Żurek staropolski z kielbasą i ziemniakami</b> /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, przyprawy/  <b>Kopytka z musem bananowym na jogurcie sojowym</b> /ziemniaki, mąka kukurydziana, mąka ziemniaczana, jogurt sojowy, banany, cukier/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Weka</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól/ + <b>powidła śliwkowe + kalarepka</b>
<b>Wtorek – 30.04.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb graham</b> /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>pasta włoska: słończnik z pomidorami suszonymi i bazylią</b> /słończnik, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, <b>kakao na napoju sojowym</b>
<b>Obiad</b>	<b>Barszcz czerwony z ziemniakami</b> /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, zielona pietruszka, przyprawy/  <b>Spaghetti carbonara na boczku w sosie</b> /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, boczek gotowany, cebula, śmietana roślinna, „ser wegański”, czosnek, przyprawy/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Bułka z ziarnami</b> /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy/, <b>kielbasa krakowska, ogórek kiszony</b>
<b>Środa – 1.05.24r.</b>	
<b>Czwartek - 2.05.24 r</b>	
<b>Śniadanie</b>	<b>Chleb staropolski</b> (żytni domowy) /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól/, <b>humus</b> /ciecierzyca, sezam/, <b>pomidor, herbata z cytryną</b>
<b>Obiad</b>	<b>Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami</b> /wywar mięsny drobiowy: kurczak; wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/  <b>Ryż z musem truskawkowym na jogurcie sojowym</b> /ryż, jogurt sojowy, truskawka, cukier/  <b>Kompot</b>
<b>Podwieczorek</b>	<b>Weka</b> /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól/, <b>filet z indyka, ogórek zielony</b>
<b> </b>	