

Jadłospis od 2.12. – 6.12.2024 r

Poniedziałek – 2.12.24 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/, szynka gotowana, papryka, kakao na mleku 2%
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/ Makaron „świderki” z serem białym i musem brzoskwiniowym /makaron pszenny: mąka pszenna – gluten, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, 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/, połędwica z indyka, pomidor
Wtorek – 3.12.24 r	
Śniadanie	Bułka kajzerka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, wiejski twarożek ze szczypiorkiem /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/, herbata owocowa
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, makaron pszenny - mąka pszenna - gluten, jajko/ 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	Chałka z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + powidła śliwkowe + marchewka „talarki”
Środa – 4.12.24 r	
Śniadanie	Zupa mleczna: lane kluski na mleku /mleko, mąka pszenna- gluten, jajko/, 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
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami, czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, seler; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Filet drobiowy panierowany, ziemniaki, mizeria /filet z kurczaka, mąka pszenna - gluten, bułka tarta- gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, masło z mleka, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto korzenne z selerem /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jaja, olej rzepakowy, cukier trzcinowy, seler, mus jabłkowy, goździki, cynamon, imbir, proszek do pieczenia – gluten/ + $\frac{1}{2}$ jabłka

Czwartek - 5.12.24 r	
Śniadanie	Chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, kielbasa krakowska, ogórek zielony, 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/ Gulasz z szynki po węgiersku z makaronem, ogórek kiszony /makaron pszenny – gluten, mięso: szynka wieprzowa, cebula,, mąka pszenna - gluten, ogórek kiszony, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Budyń waniliowy „szarlotka” /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kurkumina, cukier/ z jabłkami, cynamonem i chrupkami kukurydzianymi
Piątek – 6.12.24 r	
Śniadanie	Chleb żytni razowy z masłem , /mąka żytnia razowa 2000 - 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	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/ Paluszki rybne, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z ryb białych, mąka typ 500 - gluten, olej słonecznikowy, woda, skrobia ziemniaczana, sól, drożdże, ziemniaki, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Jogurt naturalny /jogurt z mleka/ z owocami sezonowymi (mango) i chrupkami kukurydzianymi

Poniedziałek – 9.12.24 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/, szynka wiejska, ogórek zielony, 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, zielona pietruszka, przyprawy/ Leniwe z musem truskawkowym i jogurtem naturalnym /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, 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/, ser żółty /z mleka/, pomidor
Wtorek – 10.12.24 r	
Śniadanie	Bułeczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – 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	Krem z zielonych warzyw: brokuły, cukinia, groszek zielony z grzankami z bagietki /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%, marchew, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/ Gołąbki bez zawijania z mięsem i ryżem w sosie pomidorowym, ziemniaki /mięso wieprzowe, kasza jęczmienna - gluten, ryż, kapusta, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, ziemniaki, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	„Pancakes” /mąka pszenna – gluten, mleko, jajka, cukier, olej, proszek do pieczenia - gluten, sól/ z dżemem owocowym
Środa – 11.12.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek, kakao na mleku 2%
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/ Nuggetsy z kurczaka (pieczone) w płatkach kukurydzianych marynowane w mleku, ziemniaki, marchewka z groszkiem na ciepło /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, jajka, mleko 2%, mąka orkiszowa- gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, marchewka, groszek, 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

Czwartek - 12.12.24 r

Śniadanie	Pszenica w miodzie z mlekiem 2%, chleb graham z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, połudwica z indyka, papryka
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Pierogi z mięsem /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, przyprawy/, sałatka z ogórka kiszzonego, pomidora i cebulki /ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bułka z ziarnami z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna: siemię lniane, słonecznik, sezam/, domowa nutella /mleko, orzechy laskowe, olej kokosowy, kakao naturalne, mleczna czekolada, cukier/

Piątek – 13.12.24 r

Śniadanie	Bułka grahamka z masłem /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, 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, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/ Naleśniki z serem białym i polewą malinową /mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier brązowy/ Kompot
Podwieczorek	Ślimaczki z ciasta francuskiego z serem żółtym i szynką /mąka pszenna- gluten, ser z mleka/ + owoc sezonowy

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

Jadłospis od 16.12. - 20.12.2024 r

Poniedziałek - 16.12.24 r	
Śniadanie	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, schab pieczony, 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/ Pampuchy z musem z owoców leśnych /mąka pszenna – gluten, jajko, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, borówka, jeżyna, malina, 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 pomidorem
Wtorek – 17.12.24 r	
Śniadanie	Bułka 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/, papryka, herbata owocowa
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, przyprawy/ Podudzia pieczone, ziemniaki, ogórek kiszony /podudzia pieczone, ziemniaki, mleko, masło z mleka, ogórek kiszony, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Mus owocowy z jogurtem naturalnym /jogurt z mleka/, ciasteczka cynamonki domowe /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, sól, jajka, mąka pszenna, aromat waniliowy, skórka z pomarańczy, cynamon, miód/
Środa - 18.12.24 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/, twarożek biały /ser biały z mleka/ + konfitura owocowa, herbata z cytryną
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/ Wolno pieczony schab pieczony w sosie własnym, kasza bulgur, surówka z buraczków z jabłkiem /schab, mąka typ 500 - gluten, kasza bulgur – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Kisiel pomarańczowy /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat truskawkowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku z pomarańczy, cukier/, wafle ryżowe

Czwartek – 19.12.24 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, mleko w proszku/, ogórek kiszony, herbata z cytryną
Obiad	Kapuśniak na żeberkach wędzonych z ziemniakami /wywar mięsny (żeberka wędzone) – warzywny: marchewka, seler, kapusta biała, ziemniaki, koncentrat pomidorowy 30%, zielona pietruszka, czosnek, majeranek, przyprawy/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, ser mozzarella z mleka, czosnek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Bułka z ziarnami z masłem /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, ziarna, sól, masło z mleka/, domowy humus /ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, papryka
Piątek – 20.12.24 r	
Śniadanie	Bułka 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	Barszcz czerwony z uszkami /wywar warzywny: marchewka, seler, wywar z buraków czerwonych, zielona pietruszka, /uszka: wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, ziemniaki, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Ciasto piernikowe /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, kakao naturalne, olej rzepakowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, powidła śliwkowe, przyprawa do piernika: cynamon, imbir, gałka muszkatołowa, cukier trzcinowy/ + mandarynka

Poniedziałek - 23.12.2024 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> , szynka wiejska, papryka, kakao na mleku 2%
Obiad	Barszcz biały zabielały z kielbasą i ziemniakami /kielbasa, <u>barszcz w butelce - gluten</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kielbasa biała, <u>śmietana 18% z mleka</u> , sól morską, pieprz/ Ryż z mussem owoce leśne na jogurcie naturalnym /ryż, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , borówka, jeżyna, malina, cukier/ Kompot
Podwieczorek	Weka z masłem /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, <u>masło z mleka/</u> , wędlina krakowska, ogórek kiszony
Wtorek - 24.12.2024 r	
Śniadanie	Bułeczka kukurydziana z masłem /mąka kukurydziana, mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten woda, drożdże, sól, <u>masło z mleka/</u> , jajko, pomidor, herbata owocowa
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami z bagietki /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Łazanki z kapustą i pieczarkami /makaron pszenno-żytni – gluten, kapusta, pieczarki, cebula, olej rzepakowy, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Pana cotta z mussem z malin /mleko, <u>jogurt naturalny</u> , <u>śmietana 30%</u> , cukier, żelatyna, maliny mrożone/, pałki kukurydziane
Środa - 25.12.2024 r	
Czwartek - 26.12.2024 r	
Piątek - 27.12.2024 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> , <u>ser żółty /z mleka/</u> , pomidor, herbata z cytryną
Obiad	Zupa jarzynowa z 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, ziemniaki, przyprawy/ Pierogi z serem białym i mussem jagodowym /mąka pszenna - gluten, jagody, <u>ser z mleka</u> , <u>jogurt z mleka</u> , <u>cukier/</u> Kompot
Podwieczorek	Ciastka owsiane z żurawiną /mąka pszenna– gluten, migdały, płatki owsiane, wiórki kokosowe, żurawina, miód, cukier, <u>masło z mleka/</u> , banan

Poniedziałek - 30.12.2024 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/, ser żółty /z mleka/, pomidor , 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/ Makaron „muszelki” z jabłkami i gruszkami oraz polewą jogurtową - cynamonową /makaron pszenny – gluten, olej, jabłka, gruszki, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia, miód/ Kompot
Podwieczorek	Chleb pszenno-żytni z masłem /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, szynka gotowana, ogórek zielony
Wtorek – 31.12.2024 r	
Śniadanie	Buleczka wodna z masłem /mąka pszenna 500, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ + twarożek biały z szynką i szczypiorkiem /ser biały z mleka, szynka wiejska, szczypiorek/, herbata owocowa
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, śmietana 18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Krokiety z mięsem /mięso wołowo - wieprzowe, cebula, mąka typ 500 - gluten, jaja, bułka tarta - gluten, mleko, przyprawy/, surówka chińska /biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Domowy deser owocowy malinowy /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, maliny, cukier/
Środa 1.01.2025 r – Nowy Rok	
Czwartek – 2.01.25 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	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny, ogórki kwaszone, ryż, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, śmietana 30% z mleka, masło, lubczyk, susz warzywny/ 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	Budyń czekoladowy /mleko, skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, pieczywo chrupkie 3 zboża /mąka pszenna, żytnia – gluten/

Piątek - 3.01.25 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/, 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, 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, fasolka, <u>masło z mleka</u> , przyprawy/ Kompot
Podwieczorek	Gofry /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko/ + powidła owocowe