Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 2.05.2025 r**

|  |  |
| --- | --- |
| **Piątek - 2.05.25 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/, **ser żółty /**z mleka**/, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Zupa jarzynowa z ziemniakami /**marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, kalafior, brokuł, ziemniaki, lubczyk, liść laurowy, śmietana 30% z mleka, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy/  **Pierogi ze szpinakiem i serem feta z polewą jogurtową** /mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, szpinak, ser feta z mleka, jogurt naturalny, przyprawy/ **Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Domowy deserek owocowy borówkowy /**ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, borówki, cukier/ + **pałki kukurydziane** |

**Jadłospis od 5.05. - 9.05.2025 r**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Poniedziałek – 5.05.25 r** | | |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **polędwica z indyka, papryka,** **herbata z cytryną** | |
| **Obiad** | **Barszcz biały z kiełbasą i ziemniakami** /kiełbasa, barszcz w butelce - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, śmietana 30% z mleka, sól morska, pieprz/  **Leniwe z musem z truskawek i jogurtem naturalnym** /ziemniaki, ser biały z mleka, mąka pszenna - gluten, jajka, masło z mleka, truskawki, jogurt naturalny, 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 – 6.05.25 r** | | |
| **Śniadanie** | **Chleb graham** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, jajko, pomidor, kakao na mleku 2%** | |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z makaronem** /wywar warzywny: marchewka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny- gluten, zielona pietruszka, przyprawy/  **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** | **Jogurt naturalny /**jogurt z mleka**/ z owocami sezonowymi** /mango/ **i chrupkami kukurydzianymi** | |
| **Środa – 7.05.25 r** | | |
| **Śniadanie** | **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, 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 morska, śmietana 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** | **Bułka z ziarnami z masłem** **/**mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna**/, wędlina krakowska, ogórek kiszony** | |
| **Czwartek - 8.05.25 r** | | |
| **Śniadanie** | | **Kaszka manna na mleku** /mleko, kasza manna - gluten**/, chleb staropolski** (żytni domowy) **z masłem** /mąka żytnia 720 - gluten, mąka pszenna 650 – gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **schab pieczony, rzodkiewka** |
| **Obiad** | | **Krem z zielonych warzyw: groszek zielony, brokuły, cukinia z grzankami z bagietki** /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana 30%,marchew, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/  **Kluski śląskie z sosem pieczarkowym, surówka chińska** /ziemniaki, mąka pszenna- gluten, mąka ziemniaczana, jajka, pieczarki, śmietana 30% z mleka, biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, 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** |
| **Piątek – 9.05.25 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/, **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/  **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** | | **Jabłecznik z cynamonem** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, jabłka prażone, olej rzepakowy, cynamon, 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 12.05. - 16.05.2025 r**

|  |  |
| --- | --- |
| **Poniedziałek – 12.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, szynka wiejska, ogórek zielony, 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/  **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** | **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 – 13.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /**ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, **herbata żurawinowa** |
| **Obiad** | **Krem z pomidorów z grzankami** /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, grzanki pszenno-żytnie - gluten, przyprawy/  **Wolno pieczony schab w sosie pieczeniowym,** **kasza bulgur, surówka z** **buraczków z jabłkiem /**schab, mąka pszenna - gluten, przecier pomidorowy, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chałka z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ **+ powidła śliwkowe + marchewka** |
| **Środa – 14.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Chleb wiejski z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **ser żółty /**z mleka/**, pomidor, kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **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 wiosenna** /filet z kurczaka, ser mozzarella z mleka, pomidor, ziemniaki, mleko, masło z mleka, kapusta pekińska, ogórek świeży, pomidor, rzodkiewka, sos vinegrette: oliwa z oliwek, cytryna, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Budyń czekoladowy /**mleko,skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, **pieczywo chrupkie 3 zboża** /mąka pszenna, żytnia – gluten/ |
| **Czwartek – 15.05.25 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/**, papryka, 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, ryż, lubczyk, susz warzywny, przyprawy/  **Penne z pieczonym kurczakiem i sosem szpinakowo - śmietanowym, z serem mozzarella** /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 30% z mleka, makaron: mąka pszenna – gluten, ser mozzarella z mleka, przyprawy/  **Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Mus owocowy (jagodowy) z jogurtem naturalnym /**jogurt z mleka**/,**  **ciasteczka kruche domowe** /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/ |
|  | **Piątek – 16.05.25 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/**, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Barszcz czerwony zabielany 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** | **Ciasto buraczane „brownie” z kawałkami gorzkiej czekolady /**mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, olej rzepakowy, kakao naturalne, buraki, gorzka czekolada, 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 19.05. - 23.05.2025 r**

|  |  |
| --- | --- |
| **Poniedziałek – 19.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Żurek staropolski z kiełbasą i ziemniakami** /wywar mięsny (kiełbasa) – 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** | **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/**, ogórek zielony** |
| **Wtorek – 20.05.25 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/, **wiejski twarożek ze szczypiorkiem** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/**, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, ziemniaki, śmietana 30% z mleka, zielona pietruszka, czosnek, 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** | **Pana cotta z musem z malin** /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/**, pałki kukurydziane** |
| **Środa – 21.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **jajko, sos ketchupowo – majonezowy, szczypiorek**, **kakao na mleku 2%** |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z ryżem** /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 30% z mleka, ryż, 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, bułka tarta - gluten, ziemniaki, mleko, masło z mleka, marchewka, groszek, 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 cytrynowe** /masło, cukier puder, jajka, sok z cytryny, mąka pszenna - gluten, proszek do pieczenia**/** |
| **Czwartek - 22.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi** /mleko/, **chałka z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/ **i konfiturą owocową** |
| **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/  **Pierogi z mięsem** /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, przyprawy/, **sałatka z ogórka kiszonego, 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**/, domowy humus /**ciecierzyca pomidor, suszony pomidor, olej rzepakowy, sezam/, **papryka** |
| **Piątek – 23.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka graham 2000 - gluten, mąka pszenna 650 – 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/  **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** | **Bułeczka wodna** /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/, **domowa nutella** /mleko, orzechy laskowe, olej kokosowy, kakao naturalne, mleczna czekolada, cukier/ **+ owoc sezonowy** |

Arkadiusz Muszyński Restauracja „EXTRIMM”

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 26.05. - 30.05.2025 r**

|  |  |
| --- | --- |
| **Poniedziałek – 26.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna 650 – gluten, mąka żytnia 720 - gluten, kwas żytni - gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka**/, ser żółty /**z mleka**/, 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, sól, przyprawy/  **Pampuchy z musem bananowym** /mąka pszenna – gluten, jajko, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, banany, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Bułka z ziarnami z masłem** **/**mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka, ziarna**/, pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna - gluten, mleko w proszku, mleko/**, papryka** |
| **Wtorek – 27.05.25 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/, **schab pieczony, 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, ziemniaki, lubczyk, susz warzywny, 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, kasza jęczmienna – gluten,, biała kapusta, marchewka, cebula, oliwa z oliwek, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Bułeczka 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/ |
| **Środa – 28.05.25 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 owocowa, herbata z cytryną** |
| **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/  **Sznycelek mielony,** **ziemniaki,** **buraczki zasmażane** /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, buraki, śmietana 30% z mleka, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ślimaczki z ciasta francuskiego z serem żółtym i szynką** /mąka pszenna- gluten, ser z mleka/, **papryka** |
| **Czwartek – 29.05.25 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/, **kiełbasa krakowska, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **Obiad** | **Zupa pieczarkowa z makaronem** /wywar warzywny: marchew, seler, pieczarki, śmietana 30% z mleka, makaron pszenny – gluten, zielona pietruszka, przyprawy/  **Podudzia pieczone,** **ziemniaki, mizeria** /podudzia z kurczaka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, świeży ogórek, jogurt grecki z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Gofry** /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko/ **+ powidła owocowe** |
| **Piątek – 30.05.25 r** | |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna 500 – gluten, woda, drożdże, sól, masło z mleka/, **pasta rybna z łososia** /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/**,** **kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **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** | **Ciasto „chlebek bananowy z nasionami chia”** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, jaja, banany, nasiona chia, olej rzepakowy, proszek do pieczenia – gluten, cukier trzcinowy/ **+ owoc sezonowy** |