Arkadiusz Muszyński

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 6.11. - 10.11.2023 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 6.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna: lane kluski na mleku /**mleko**/** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z ryżem** /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, seler, koncentrat pomidorowy 30%, śmietana 12% z mleka, przyprawy/**Makaron „świderki” z serem białym i jogurtem naturalnym z brzoskwiniami** /makaron pszenny: muszelki: mąka pszenna – gluten, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, brzoskwinia, cukier/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chleb 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 – 7.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb staropolski z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, **ser żółty /**z mleka**/, pomidor, herbata żurawinowa** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Krem brokułowo-groszkowy z kaszą jaglaną** /brokuły, groszek zielony, ziemniaki, cebula, masło, naturalny bulion z warzyw, śmietana, kasza jaglana, przyprawy/**Pieczone kotleciki drobiowe z warzywami, ziemniaki, mizeria** /mięso mielone drobiowe, marchewka, brokuł, pietruszka, czosnek, jajko świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Jogurt naturalny /**jogurt z mleka**/ z owocami sezonowymi i chrupkami kukurydzianymi** |
| **Środa – 8.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, **wiejski twarożek z rzodkiewką** /ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka/**, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **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, jajko/**Schab pieczony w sosie własnym,** **kasza perłowa, surówka z** **buraczków z jabłkiem /**schab, mąka typ 500 - gluten, kasza perłowa – gluten, buraki, jabłko, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Pana cotta z musem z malin** /mleko, jogurt naturalny, śmietana 30%, cukier, żelatyna, maliny mrożone/**, pałki kukurydziane** |
| **Czwartek - 9.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi /**mleko/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa jarzynowa z ziemniakami** /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana18% z mleka, ziemniaki, pietruszka natka, przyprawy/**Penne z pieczonym kurczakiem i sosem szpinakowo - śmietanowym, z serem żółtym,** /filet drobiowy, szpinak mrożony, śmietana 18% z mleka, makaron: mąka pszenna – gluten, jajko ser żółty z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Sałatka owocowa /**melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ **+ pieczywo chrupkie 3 zboża** /mąka pszenna, mąka żytnia – gluten/ |
| **Piątek – 10.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/**, pasta rybna – jajeczna** /tuńczyk- ryba, jajka, szczypiorek, papryka, cebula, majonez, przyprawy/**,** **kawa zbożowa inka** /kawa inka – gluten, mleko/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/**Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki, jabłka i pomarańczy**/mąka pszenna- gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ser biały z mleka, ziemniaki, marchewka, jabłko, sok z pomarańczy, śmietana 18% z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto ucierane z jabłkami i dynią** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa, jabłka, dynia, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ |

Arkadiusz Muszyński

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 13.11. - 17.11.2023 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 13.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Kaszka orkiszowa na mleku** /kasza orkiszowa- gluten, mleko/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Krem z pomidorów z kaszą jaglaną** /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, śmietana 30% z mleka, kasza jaglana, przyprawy/**Leniwe z musem z truskawek i jogurtu naturalnego** /mąka pszenna - gluten, mąka orkiszowa - gluten, jajka, ziemniaki, ser biały z mleka, 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/, **pasztet pieczony** /mięso wp., jajko, mąka pszenna, mleko w proszku/**, papryka czerwona** |
| **Wtorek – 14.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb graham** **z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, **jajko, sos jogurtowo – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Kapuśniak na żeberkach wędzonych z ziemniakami** /wywar mięsny (żeberka wędzone) – warzywny: marchewka, seler, kapusta biała, koncentrat pomidorowy 30%, zielona pietruszka, przyprawy/**Pieczeń z indyka w sosie koperkowym, kasza bulgur, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem** /filet z indyka, mąka poznańska - gluten, śmietana 18% z mleka, świeży koperek, przyprawy, kasza bulgur, kapusta pekińska, ogórek, pomidor, oliwa/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Chałka z masłem** /mąka pszenna- gluten, mleko, masło z mleka, jajko, drożdże**/, powidła śliwkowe** |
| **Środa – 15.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Bułeczka kukurydziana z masłem /**mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy**/, pasta włoska: twarożek z pomidorami suszonymi i bazylią /**ser biały z mleka, suszone pomidory, bazylia, olej lniany/, **herbata owocowa** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa kalafiorowa z łazankami i zieloną pietruszką** /wywar mięsny: kości cielęce, kalafior, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana 18% z mleka, makaron pszenny – gluten, jajko, pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper/**Gołąbki cygańskie z mięsem i ryżem w sosie paprykowo - pomidorowym, ziemniaki /**mięso wieprzowe, kasza jęczmienna - gluten, ryż, kapusta, pomidory pelatti, papryka, śmietana 12% z mleka, ziemniaki, mleko, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Mus owocowy z jogurtem naturalnym /**jogurt z mleka**/,**  **ciasteczka kruche domowe** /masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, mąka pszenna, żółtka jajek, cukier/ |
| **Czwartek – 16.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi** **i żurawiną** /mleko, płatki jęczmienne - gluten/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy**  |
| **Obiad** | **Żurek staropolski z kiełbasą i ziemniakami** /wywar mięsny (kiełbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zakwas żurku, mąka żytnia - gluten, śmietana 18% z mleka, przyprawy/**Naleśniki z jabłkami i polewą jogurtową** /mąka pszenna - gluten, mąka żytnia- gluten, jajka, mleko 1,5%, jabłka, cukier brązowy, jogurt naturalny z mleka/**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/, **ogórek**  |
| **Piątek – 17.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka, **ser żółty /**z mleka**/, pomidor, kakao na mleku 2%** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa koperkowa z ryżem** /wywar mięsny: kaczka, śmietana18% z mleka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/**Pulpeciki rybne w cieście naleśnikowym, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty z marchewką i jabłkiem** /filet z dorsza - ryba, mąka pszenna - gluten, jajka, mleko 1,5%, ziemniaki, masło z mleka, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto czekoladowo - bananowe** /mąka pszenna - gluten/, mąka razowa, banany, kakao naturalne, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia - gluten/, olej rzepakowy/ |

Arkadiusz Muszyński

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 20.11. - 24.11.2023 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 20.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/**, szynka wiejska, pomidor, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa jarzynowa z zielonym groszkiem i ziemniakami** /wywar mięsny drobiowy: kurczak; zielony groszek, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, śmietana18% z mleka, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/**Ryż z musem owoce leśne** /ryż, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, borówka, jeżyna, malina/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Weka z masłem** /mąka pszenna– gluten, woda, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/, **wędlina krakowska, papryka** |
| **Wtorek – 21.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Pszenica w miodzie z mlekiem 2%** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami** /kasza jęczmienna - gluten, ziemniaki, marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morska, śmietana z mleka, przyprawy/**Eskalopki z kurczaka, kasza bulgur,** **fasolka szparagowa z masłem** /mięso mielone drobiowe, jajka, bułka tarta - gluten, przyprawy, kasza bulgur – gluten, fasolka, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Budyń czekoladowy /**mleko,skrobia ziemniaczana, skrobia kukurydziana, kakao, kurkumina, cukier/, **wafle ryżowe** |
| **Środa – 22.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Bułka grahamka** **z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, skrobia ziemniaczana, cukier, masło z mleka/**,** **jajecznica** /jajka, masło z mleka/, **pomidor,** **herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Krem z pieczonej papryki, pomidorów z kaszą jaglaną** /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, seler, pomidory pelatti, papryka, śmietana 30% z mleka, kasza jaglana, przyprawy/**Sznycelek mielony, ziemniaki, kapusta zasmażana** /mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta – gluten, ziemniaki, masło z mleka, kapusta biała, mąka orkiszowa - gluten, koperek, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Sałatka owocowa /**melon, gruszka, jabłko, ananas, kiwi, mandarynka/ **+ bułeczka wodna** /mąka pszenna 500, woda, drożdże sól/ |
| **Czwartek - 23.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Zupa mleczna: lane kluski na mleku /**mleko**/** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa ogórkowa z ryżem** /wywar mięsny: kości cielęce, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, seler, por, kapusta włoska, śmietana18% - z mleka, lubczyk, susz warzywny/**Makaron „świderki” z sosem bolońskim** /makaron spaghetti: mąka pszenna – gluten, jajka, mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, ser parmezan z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Ciasto cytrynowo - imbirowe** /mąka pszenna - gluten, mąka razowa - gluten, cytryna, jabłko, imbir świeży, cukier trzcinowy, jaja, proszek do pieczenia – gluten, olej rzepakowy/ |
| **Piątek – 24.11.23 r**  |
| **Śniadanie** | **Bułka kajzerka** **z masłem** /mąka pszenna – gluten, masło z mleka/**, pasta rybna z łososia** /łosoś - ryba, ser biały, papryka, cebula, przyprawy/**,** **kakao na mleku 2%** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Barszcz biały zabielany z kiełbasą i ziemniakami** /kiełbasa, barszcz w butelce - gluten, marchewka, pietruszka, seler, por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kiełbasa biała, śmietana 18% z mleka, sól morska, pieprz/**Pampuchy z musem bananowym** /mąka pszenna - gluten, drożdże, olej rzepakowy, jogurt naturalny z mleka, śmietana 12% z mleka, banany/**Kompot**  |
| **Podwieczorek** | **Tortilla z szynką, serkiem śmietanowym i sałatą zieloną /**mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, mleko, przyprawy |

Arkadiusz Muszyński

ul. Olkuska 3, 32-085 Szyce

Tel. 505 621 213 lub 690 204 599

**Jadłospis od 27.11. – 1.12.2023 r**

|  |
| --- |
| **Poniedziałek – 27.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Płatki jaglane na mleku** /płatki jaglane, mleko/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy**  |
| **Obiad** | **Zupa ziemniaczano - warzywna z zieloną pietruszką** /wywar mięsny: kiełbasa, warzywny: marchewka, pietruszka, seler, zielona pietruszka, ziemniaki, przyprawy/**Makaron „muszelki” z prażonymi jabłkami oraz polewą jogurtowo - cynamonową** /makaron pszenny – gluten, jajko, jabłka, cynamon, jogurt z mleka, przyprawa: wanilia/**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, mleko w proszku/**, papryka** |
| **Wtorek – 28.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb staropolski z masłem** /mąka pszenna – gluten, woda, mąka żytnia – gluten, drożdże, sól, olej rzepakowy, masło z mleka/**, ser żółty /**z mleka**/, ogórek zielony, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Zupa pomidorowa z makaronem** /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny: marchewka, pietruszka, seler, pomidory, koncentrat pomidorowy 30%, mąka pszenna - gluten, jajka, śmietana 12% z mleka, przyprawy/**Risotto z grillowanym kurczakiem, cukinią i papryką** /filet z kurczaka, ryż, cebula, cukinia, papryka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Kisiel wiśniowy** /skrobia ziemniaczana, kwas cytrynowy, aromat wiśniowy identyczny z naturalnym, sól, barwnik: ekstrakt z czarnej marchwi, koncentrat soku buraczanego, cukier/**, ciasteczka cynamonki domowe /**masło, tłuszcz roślinny, cukier puder, sól, jajka, mąka pszenna, aromat waniliowy, skórka z pomarańczy, cynamon, miód/ |
| **Środa – 29.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb graham** **z masłem** /mąka żytnia, pszenna – gluten, masło z mleka/, **jajko, sos jogurtowo – majonezowy, szczypiorek, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **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, jajko/**Medalion drobiowy, ziemniaki, mizeria** **/**mięso mielone drobiowe, jajka, bułka tarta - gluten,, ziemniaki, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Jogurt owocowy** /jogurt naturalny z mleka, mango/ **z płatkami owsianymi /**gluten/ **i kukurydzianymi** |
| **Czwartek – 30.11.23 r** |
| **Śniadanie** | **Chleb pszenno-żytni** **z masłem** /mąka pszenna – gluten, mąka żytnia – gluten, masło z mleka/, **schab pieczony, papryka, herbata z cytryną** |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Barszcz czerwony zabielany z ziemniakami** /wywar warzywny: marchewka, seler; wywar z buraków czerwonych, mąka orkiszowa - gluten, śmietana 18% z mleka, zielona pietruszka, przyprawy/**Pierogi z mięsem** /wołowina, cebula, mąka pszenna - gluten, mąka jęczmienna- gluten, jajka, przyprawy/, **sałatka z ogórka kiszonego, pomidora i cebulki /**ogórek kiszony, pomidor, cebula, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Pudding ryżowy waniliowy z musem owocowym** /mleko, ryż, mąka ziemniaczana, aromat waniliowy, cukier, owoce sezonowe/ |
| **Piątek – 1.12.23 r** |
| **Śniadanie** | **Kaszka manna na mleku z sokiem owocowym** /mleko/ |
| **II Śniadanie** | **Owoc sezonowy** |
| **Obiad** | **Krem wielowarzywny z kaszą jaglaną** /wywar warzywny: marchewka, seler, brokuł, kalafior, groszek zielony, jogurt naturalny z mleka, kasza jaglana, przyprawy/**Chrupiąca rybka w płatkach kukurydzianych i owsianych, ziemniaki, fasolka szparagowa z masłem /**filet z dorsza - ryba, mąka typ 500 - gluten, mąka kukurydziana, płatki kukurydziane i owsiane, bułka tarta, jajka, mleko 2%, ziemniaki, fasolka, masło z mleka, przyprawy/**Kompot** |
| **Podwieczorek** | **Pischfinger kakaowy** /wafle: mąka typ 500 – gluten, cukier, olej rzepakowy, śmietana 18%, sól; mus kakaowy: masło z mleka, cukier brązowy, kakao naturalne, mleko w proszku, woda/ |