

Jadłospis od 1.03. - 5.03.2021 r

Poniedziałek – 1.03.21 r	
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami /wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, brukselka, groszek, zielony, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u> , pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/ Ryż z mussem truskawkowym /ryż, truskawki, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , cukier trzcinowy/
Wtorek - 2.03.21 r	
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajko</u> / Filet z indyka w sosie koperkowym, kasza jęczmienna, surówka z białej kapusty z marchewką /filet z indyka, <u>mąka poznańska - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , świeży koperek, <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , biała kapusta, marchewka, oliwa z oliwek, przyprawy/
Środa – 3.03.21 r	
Obiad	Krem z brokuł z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , ziemniaki, brokuły, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Kotlet mielony, ziemniaki, buraczki zasmażane /mięso mielone wieprzowe, <u>jajka</u> , <u>bułka tarta - gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , buraki, <u>śmietana 18% z mleka</u> , <u>masło z mleka</u> , przyprawy/
Czwartek - 4.03.21 r	
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 18% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Spaghetti bolońskie /makaron spaghetti: <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajka</u> , mięso mielone wołowe, pomidory pelatti, czosnek, przyprawy/
Piątek – 5.03.21 r	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami /kiełbasa, <u>barszcz w butelce - gluten</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, czosnek, liść laurowy, majeranek, koper, lubczyk, kiełbasa biała, <u>śmietana 18% z mleka</u> , sól morską, pieprz/ Pierogi ruskie z cebulką, surówka z marchewki i jabłka /mąka pszenna- <u>gluten</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>ser biały z mleka</u> , ziemniaki, marchewka, jabłko, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/

Jadłospis od 8.03. - 12.03.2021 r

Poniedziałek – 8.03.21 r	
Obiad	Krem z zielonego groszku z groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; groszek zielony, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , groszek ptysiowy: <u>masa jajowa pasteryzowana</u> , woda, <u>mąka pszenna - gluten</u> , tłuszcz roślinny palmowy, sól, przyprawy/ Pampuchy z musem bananowym / <u>mąka pszenna - gluten</u> , drożdże, olej rzepakowy, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , śmietana 12% z mleka, banany/
Wtorek – 9.03.21 r	
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem /wywar mięsny drobiowo: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , koncentrat pomidorowy 30%, <u>makaron pszenny- gluten</u> , jajko, śmietana 12% z mleka, przyprawy/ Gulasz wieprzowy z cukinią i pomidorami, kasza gryczana, surówka z buraczków z jabłkiem /łopatka wieprzowa, mąka z amarantusa, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , cukinia, pomidory, kasza gryczana, buraczki, jabłko, przyprawy/
Środa – 10.03.21 r	
Obiad	Krupnik z jarzynami i zieloną pietruszką / <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , marchewka, pietruszka, seler, por, lubczyk, pietruszka natka, sól morską, <u>śmietana z mleka</u> , przyprawy/ Chrupiące paluszki drobiowe w płatkach kukurydzianych, ziemniaki, mizeria ze śmietaną /filet z kurczaka, płatki kukurydziane, <u>jajka</u> , mleko 2%, <u>mąka orkiszowa- gluten</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , masło z mleka, świeży ogórek, śmietana 18% z mleka, przyprawy/
Czwartek - 11.03.21 r	
Obiad	Żurek z kielbasą i ziemniakami /wywar mięsny (kielbasa) – warzywny: marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , zakwas żurku, <u>mąka żytnia - gluten</u> , śmietana 18% z mleka, przyprawy/ Naleśniki z jabłkami / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka żytnia- gluten</u> , jajka, mleko 1.5%, jabłka, cukier brązowy/
Piątek – 12.03.21 r	
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielece, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 18% - z mleka</u> , lubczyk, susz warzywny/ Filet z dorsza panierowany, ziemniaki, surówka z kiszanej kapusty z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , mąka kukurydziana, <u>bułka tarta - gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/

Restauracja „EXTRIMM” Arkadiusz Muszyński
ul. Turniejowa 73F/30, 30-619 Kraków
Tel. 505 621 213

Jadłospis od 15.03. - 19.03.2021 r

Poniedziałek – 15.03.21 r	
Obiad	Krem z soczewicy z pomidorami i czosnkiem i grzankami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; soczewica, pomidory pelatti, czosnek, <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Racuszki z jabłkami / <u>mleko 2,0%</u> , <u>mąka tortowa- gluten</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>jabłka</u> /
Wtorek – 16.03.21 r	
Obiad	Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u> ; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>śmietana 18% z mleka</u> , zielona pietruszka, przyprawy/ Potrawka z kurczaka, ryż, ogórek zielony /filet z kurczaka, ryż, przyprawy/
Środa – 17.03.21 r	
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem /wywar mięsny: kaczka, <u>śmietana 18% z mleka</u> , marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, pietruszka natka, lubczyk, ryż/ Filet drobiowy panierowany, ziemniaki z koperkiem, kapusta zasmażana /filet z kurczaka, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>bułka tarta- gluten</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko 2%</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kapusta biała, <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , koperek, przyprawy/
Czwartek – 18.03.21 r	
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajko</u> / Kluski leniwe z musem malinowym / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>jajka</u> , ziemniaki, <u>ser biały z mleka</u> , <u>masło z mleka</u> , maliny mrożone, cukier/
Piątek – 19.03.21 r	
Obiad	Zupa kalafiorowa z makronem i zieloną pietruszką /wywar mięsny: kości cielęce, kalafior, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 18% z mleka</u> , <u>makaron pszenny – gluten</u> , <u>jajko</u> , pietruszka natka, lubczyk, sól morska, majeranek, koper/ Chrupiąca rybka w płatkach owsianych, ziemniaki, surówka z kiszonej kapusty i sałaty lodowej z marchewką i jabłkiem /filet z dorsza - ryba, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>mąka kukurydziana</u> , <u>płatki owsiane – gluten</u> , <u>bułka tarta</u> , <u>jajka</u> , <u>mleko 2%</u> , ziemniaki, <u>mleko</u> , <u>masło z mleka</u> , kiszona kapusta, sałata lodowa, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/

Restauracja „EXTRIMM” Arkadiusz Muszyński
ul. Turniejowa 73F/30, 30-619 Kraków
Tel. 505 621 213

Jadłospis od 22.03. - 26.03.2021 r

Poniedziałek – 22.03.21 r	
Obiad	<p>Zupa jarzynowa z ziemniakami/wywar mięsny drobiowy: kurczak; marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, por, kapusta włoska, brukselka, lubczyk, liść laurowy, kminek, ziele angielskie, <u>śmietana 18% z mleka</u>, pietruszka natka, ziemniaki, przyprawy/</p> <p>Makaron z serem białym, jogurtem naturalnym i brzoskwinia/makaron pszenny: <u>mąka pszenna – gluten</u>, jajko, ser biały z mleka, jogurt naturalny z mleka, cukier, brzoskwinia/</p>
Wtorek – 23.03.21 r	
Obiad	<p>Zupa pomidorowa z ryżem /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny:, marchewka, pietruszka, <u>seler</u>, koncentrat pomidorowy 30%, <u>śmietana 12% z mleka</u>, przyprawy/</p> <p>Sznycelek mielony, kasza perłowa, mizeria ze śmietaną/mięso mielone wieprzowe, jajka, bułka tarta, <u>mleko</u>, <u>masło z mleka</u>, <u>kasza perłowa – gluten</u>, świeży ogórek, <u>śmietana 18% z mleka</u>, przyprawy/</p>
Środa – 24.03.21 r	
Obiad	<p>Zupa pieczarkowa z łazankami/wywar warzywny: marchew, <u>seler</u>, pieczarki, <u>śmietana 12% z mleka</u>, <u>mąka pszenna - gluten</u>, jajka, zielona pietruszka, przyprawy/</p> <p>Filet drobiowy zapiekany z serem mozzarellai pomidorem, ziemniaki, surówka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i pomidorem/filet z kurczaka, <u>ser mozzarella z mleka</u>, kapusta pekińska, pomidor, ogórek, oliwa z oliwek, przyprawy/</p>
Czwartek - 25.03.21 r	
Obiad	<p>Krem z cukinii z groszkiem ptysiowym /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u>; cukinia, <u>jogurt naturalny z mleka</u>, groszek ptysiowy: <u>masa jajowa pasteryzowana</u>, woda, <u>mąka pszenna - gluten</u>, tłuszcz roślinny palmowy, sól, przyprawy/</p> <p>Pierogi z mięsem/wołowina, cebula, <u>mąka pszenna - gluten</u>, <u>mąka jęczmienna- gluten</u>, jajka, przyprawy/, surówka z selera z rodzynkami i śmietaną /<u>seler</u>, rodzyнки, <u>śmietana 18% z mleka</u>, przyprawy/</p>
Piątek – 26.03.21 r	
Obiad	<p>Barszcz czerwony zabieleny z ziemniakami /wywar warzywny: marchewka, <u>seler</u>; wywar z buraków czerwonych, <u>mąka orkiszowa - gluten</u>, <u>śmietana 18% z mleka</u>, zielona pietruszka, przyprawy/</p> <p>Paluszki rybne, ryż, surówka z kiszzonej kapusty z marchewką i jabłkiem /<u>filet z dorsza - ryba</u>, <u>mąka typ 500 - gluten</u>, bułka tarta - gluten, jajka, mleko 2%, <u>masło z mleka</u>, kiszona kapusta, marchewka, jabłko, olej rzepakowy, przyprawy/</p>

Restauracja „EXTRIMM” Arkadiusz Muszyński
ul. Turniejowa 73F/30, 30-619 Kraków
Tel. 505 621 213

Jadłospis od 29.03. - 1.04.2021 r

Poniedziałek – 29.03.21 r	
Obiad	Barszcz biały z 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 morska, pieprz/ Pierogi z truskawkami i jogurtem naturalnym / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>mąka jęczmienna - gluten</u> , <u>jajka</u> , truskawki, <u>jogurt naturalny z mleka</u> /
Wtorek - 30.03.21 r	
Obiad	Krem z pomidorów z grzankami /wywar mięsny drobiowy: indyk; warzywny: marchewka, <u>seler</u> , pomidory pelatti, <u>śmietana 30% z mleka</u> , <u>grzanki pszenno-żytnie - gluten</u> , przyprawy/ Polędwiczki drobiowe w sosie curry, kasza jęczmienna, fasolka szparagowa z masłem i bułką /filet z kurczaka, wywar warzywny: marchewka, pietruszka, lubczyk; curry, <u>śmietana 18% z mleka</u> , <u>mąka orkiszowa - gluten</u> , <u>kasza jęczmienna - gluten</u> , fasolka, <u>masło z mleka</u> , <u>bułka tarta - gluten</u> /
Środa – 31.03.21 r	
Obiad	Zupa meksykańska z ziemniakami /mięso mielone wołowe, marchewka, <u>seler</u> , papryka, czosnek, koncentrat pomidorowy 30%, mąka z amarantusa / <u>pszenna - gluten</u> , przyprawy/ Penne z kurczakiem i ze szpinakiem w sosie śmietanowym, z serem żółtym /filet drobiowy, szpinak mrożony, <u>śmietana 18% z mleka</u> , <u>mąka pszenna - gluten</u> , jajka, ser żółty z mleka, przyprawy, <u>makaron: mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajko</u> /
Czwartek - 1.04.21 r	
Obiad	Rosół z makaronem nitki, jarzynami i zieloną pietruszką /marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, lubczyk, mięso wołowe, pietruszka natka, <u>makaron pszenny - mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajko</u> / Klopsy w sosie pomidorowym, ziemniaki, surówka z marchewki i jabłka /mięso mielone wieprzowe, <u>jajka</u> , <u>bułka tarta - gluten</u> , pomidory pelatti, <u>mąka typ 500 - gluten</u> , <u>śmietana 12% z mleka</u> , marchewka, jabłko, <u>śmietana 18% z mleka</u> , przyprawy/
Piątek - 2.04.21 r	
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem /wywar mięsny: kości cielece, ogórki kwaszone, koper, pietruszka natka, marchewka, pietruszka, <u>seler</u> , por, kapusta włoska, <u>śmietana 18% - z mleka</u> , lubczyk, susz warzywny/ Naleśniki z serem białym, jogurtem naturalnym i polewą malinową / <u>mąka pszenna - gluten</u> , <u>jajka</u> , mleko 1,5%, ser biały z mleka, <u>jogurt naturalny z mleka</u> , maliny, cukier brązowy/