

JADŁOSPIS

MAJ 2024r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 29.04.2024R

<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> I POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE*(<u>gluten 1, mleko 7, soja 6</u>) <u>Z MLEKIEM(7)</u>, HERBATA OWOCOWA, JABŁKO, GRUSZKA</p>	<p>35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/80gr</p>	<p>KRUPNIK, (kasza jęczmienna, warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u>, pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła,) Z ZIEMNIAKAMI SPAGHETTI (<u>mąka pszenna 1, jajko 3</u>, Z POMIDORAMI I MIĘSEM (koncentrat pomidorowy, olej, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, oregano, majeranek, bazylia, łąpatka, pomidory w puszcze), KOMPOT WIELOOWOCOWY KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 200/380gr 200/250gr</p>	<p>BUDYŃ CZEKOLADOWY (<u>mleko7, masło 7</u>, cukier, cukier waniliowy, mąka ziemniaczana, <u>kakao (gluten 1,soja 6, mleko7)</u>) CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA OWOCOWA</p>	<p>200gr 10gr 40gr 150gr</p>
---	---	--	--	---	--

WTOREK 30.04.2024r

<p>CHLEB RAZOWY* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u>, PASTA Z JAJEK* (<u>jajko3, majonez*(jaja 3, gorczyca10)</u>,, sól, pieprz mielony) ZE SZCZYPIORKIEM POMIDOR KAWA(<u>jęczmień, żyto 1</u>) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 30/60gr 5/10gr 40/80gr 150/250gr 40/80gr</p>	<p>ZUPA – KREM BROKUŁOWA * (warzywa: por, marchew, pietruszka, <u>seler 9</u>, ziemniaki, brokuł, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, <u>joqurt naturalny 7</u>) <u>Z GRZANKAMI*</u> (<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) LECZO Z PIERSIĄ Z KURCZAKA (filet z kurczaka, papryka czerwona, papryka żółta, cukinia, dynia, pomidory, cebula, olej, sól, pieprz czarny i ziołowy, papryka słodka, czosnek) I BRAZOWYM RYŻEM KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 160/320gr 35/70gr 200/250gr</p>	<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) <u>Z MASŁEM(7)</u> POWIDŁA ŚLIWKOWE KAKAO*(<u>gluten 1,soja 6, mleko7</u>) MANDARYNKA, JABŁKO, KIWI</p>	<p>70gr 3gr 10gr 150gr 30gr</p>
--	--	---	--	--	---

ŚRODA 01.05.2024r.

WOLNY DZIEŃ

CZWARTEK 02.05.2024r.

BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA *(<u>mąka pszenna 1</u> , woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SER TOPIONY ŚMIETANKOWY (7), OGÓREK ZIELONY, POMIDOR KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO	35/70gr 3/5gr 10/20gr 10/20gr 10/20gr 150/200gr 150/200gr 30/50gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy) Z KASZĄ JAGLANĄ FILET Z KURCZAKA PANIEROWANY <u>bułka tarta 1</u> , ZIEMNIAKI, MIZERIA KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)	220/350gr 80/130gr 120/240gr 80/110gr 200/250gr	KISIEL TRUSKAWKOWY (mąka ziemniaczana, woda, cukier, truskawka owoce mieszane), CHRUPKI KUKURYDZIANE, GRUSZKA HERBATA MALINOWA	200gr 10gr 40gr 150gr
---	--	--	---	---	------------------------------------

PIĄTEK 03.05.2024r.**WOLNY DZIEŃ**

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać **śladowe ilości alergenów**: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziółowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS

MAJ 2024r.

ŚNIADANIE

OBIAD

PODWIECZOREK

PONIEDZIAŁEK 06.05.2024r.

<p>CHAŁKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7) DŻEM TRUSKAWKOWY, PŁATKI CZEKOLADOWE Z MLEKIEM*(<u>gluten 1, mleko 7, soja 6, orzechy 8</u>) z mlekiem(7) HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA SZPINAKOWA(warzywa: por , marchew, <u>seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, szpinak, sól , pieprz mielony , zioła, lubczyk, czosnek</u>) Z ZIEMNIAKAMI I JAJKIEM3 ŁAZANKI (mąka pszenna 1, jajko 3) Z KAPUSTĄ I KIEŁBASĄ* , KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350g 200/380gr 200/250gr</p>	<p>PLACUSZKI Z JABŁKIEM I CUKREM PUDREM (<u>maślanka7, proszek do pieczenia, cukier waniliowy, jajko3, mąka pszenna 1</u>) KAKAO*(<u>gluten 1,soja 6, mleko7</u>)/ HERBATA OWOCOWA, BANAN</p>	<p>120gr 150gr 40gr</p>
---	--	--	---	---	---

WTOREK 07.05.2024r.

<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), JAJECZNICA* (<u>jajko3,sól, pieprz mielony</u>) ZE SZCZYPIONIEM POMIDOR KIKTAJLOWY KAKAO*(<u>gluten 1,soja 6, mleko7</u>) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 70/100gr 3/5gr 40/80g 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA RYŻOWA NA ROSOLE (warzywa: por , marchew, pietruszka, cebula, <u>seler 9, sól , pieprz mielony , lubczyk, ryż</u>) PIECZEŃ WIEPRZOWA W SOSIE WŁASNYM(topatka, cebula, <u>jogurt naturalny7, mąka pszenna1, olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,</u>) KLUSKI ŚLĄSKIE (<u>mąka ziemniaczana, jajko 3, ziemniaki,</u>) BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 70+50gr sos/ 90+90gr sos 160/250gr 80/110gr 200/250gr</p>	<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(<u>mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SALATKA Z MAKARONEM RYŻOWYM, OGÓRKIEM I SZYNKĄ (<u>ser żółty 7, szczypiorek kukurydza, sól, pieprz, jogurt naturalny7, (majonez*(jaja 3, gorczyca10)</u>) HERBATA ŻURAWINOWA BANAN</p>	<p>35gr 4gr 150gr 150gr 40gr</p>
--	---	---	---	--	--

ŚRODA 08.05.2024r.

<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), SZYNKA GOTOWANA WIEPRZOWA*, OGÓREK KISZONY, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 15/30gr 40/80gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>KAPUŚNIAK Z BIAŁEJ KAPUSTY [<u>kapusta biała, por , marchew, seler 9, koncentrat pomidorowy, pietruszka, sól , pieprz mielony, zioła, lubczyk</u>] Z ZIEMNIAKAMI ZAPIEKANKA MAKARONOWA Z KURCZAKIEM I BROKUŁEM W SOSIE ŚMIETANOWO-SEROWY (<u>mąka pszenna 1, śmietana7, brokuł, sól, pieprz ziołowy i czarny, bazylija, oregano śmietana7, serek topiony7, makaron penne</u> (<u>mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3</u>) SURÓWKA Z MARCHWI I I BRZOSKWIŃ (marchew, brzoskwinie w puszcze, sól, pieprz mielony, cukier, kwasek cytrynowy) KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>220/350gr 200/380gr 80/110gr 200/250gr</p>	<p>KASZA MANNA Z MUSEM TRUSKAWKOWYM (<u>mleko 7, (pszenica 1, cukier, kasza manna, truskawki),</u>) CHRUPKI KUKURYDZIANE, BANAN, JABŁKO, KIWI, HERBATA OWOCOWA</p>	<p>200gr 25gr 10gr 40gr 150gr</p>
---	---	--	--	--	--

CZWARTEK 09.05.2024r.

<p>CHLEB GRAHAM* (<u>pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier</u>) Z MASŁEM(7), PASZTET WŁASNY WYRÓB (wieprzowina karkówka, wołowina, udko z kurczaka, boczek surowy, marchew, pietruszka, cebula, lubczyk, czosnek liść laurowy, ziele angielskie, sól, pieprz czarny, papryka słodka, bułka*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier)) RZODKIEWKA POMIDOR RUKOLA KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 30/45gr 15/300gr 20/40gr 3/5gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA Z PIECZARKOWA* (por, marchew, pietruszka, <u>seler 9, pieczarki, , sól, pieprz mielony, zioła, majeranek, mąka pszenna 1, jogurt naturalny 7) Z MAKARONEM (mąka pszenna 1, jajko 3), GOŁĄBKI W SOSIE POMIDOROWYM* (mięso mielone, Kapusta biała, ryż, sól, pieprz mielony, papryka czerwona, zioła majeranek, pieprz ziołowy, koncentrat pomidorowy, cebula, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1) ZIEMNIAKI, KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier)</u></p>	<p>220/350gr 150+100gr sos/ 200+160gr sos 195/260gr 200/250gr</p>	<p>TOST (CHLEB TOSTOWY PSZENNY* : mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier,) MASŁO(7) Z SEREM(7), SZYNKA*1 KETCHUPEM*(przecier pomidorowy 62%, cukier, ocet spirytusowy, sól, skrobia kukurydziana modyfikowana, aromat naturalny.) HERBATA OWOCOWA, BANAN, JABŁKO, KIWI, MANDARYNKA, JABŁKO</p>	<p>120gr 150gr 40gr</p>
---	---	---	--	--	--

PIĄTEK 10.05.2024r.

<p>BUŁKA GRAHAMKA (<u>Mąka pszenna graham, mąka pszenna, mąka żytnia1, drożdże, woda, cukier, olej, sól</u>)/BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA Z TUŃCZYKA, JAJKIEM3, OGÓRKIEM KISZONYM, CEBULĄ I MAJONEZEM*(jaja 3, gorczyca10), OGÓREK KISZONY KAWA(jęczmień, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>35/70gr 7/11gr 30/60gr 40/80gr 150/250gr 40/75gr</p>	<p>ZUPA WIELOWARZYWNA Z BRUKSELKĄ (warzywa: por, marchew, <u>seler 9, pietruszka, fasolka szparagowa, cebula, ziemniaki, jogurt naturalny 7, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk</u>), RYŻ ZAPIEKANY Z JABŁKAMI I CYNAMONEM (ryż, <u>mleko7, jabłka, cynamon, masło7, cki, cukier waniliowy, cytryna, śmietana kwaśna 18% (7)</u>), KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>220/350gr 200/380gr 200/250gr</p>	<p>CIASTKA OWSIANE Z ŻURAWINĄ, (mąka pszenna1, gluten1, cynamon, soda oczyszczona, sól, <u>masło7, cukier, jaja3,</u> płatki owsiane, gorzka czekolada, żurawina), KOKTAJL TRUSKAWKOWY (<u>jogurt naturalny7, truskawka, cukier</u>), HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA, BANAN</p>	<p>50gr 200gr 150gr 40gr</p>
--	--	---	--	---	--

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorzycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylika, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól

JADŁOSPIS MAJ 2024r.

ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK
PONIEDZIAŁEK 13.05.2024r.		
<p>CHLEB WIELOZIARNISTY * (pełne ziarna żyta 1, mąka żytnia 1, mąka pszenna 1, nasiona słonecznika 8, gluten pszenny 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), SER ŻÓŁTY (7) PAPRYKA CZERWONA KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA Z CYTRYNĄ, JABŁKO</p>	<p>ŻUREK (seler 9, zboża zawierające gluten1, Pszenica1, Mleko 7, Żyto 1, Soja 6) * warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła, majeranek, ziemniaki, jajko3.) Z JAJKIEM I ZIEMNIAKAMI RACUCHY (mąka pszenna 1, jajko 3, maślanka 7, cukier, cukier waniliowy, proszek do pieczenia) Z CUKREM PUDREM, KOMPOT JABŁKOWO - WIŚNIOWY (woda, jabłko, wiśnie mrożone bez pestek, cukier)</p>	<p>BUŁKA MAŚLANA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) KREMEM CZEKOLADOWO-ORZECHOWYM*(orzechy8, soja 6, mleko7, gluten1) KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) JABŁKO</p>
WTOREK 14.05.2024r.		
<p>BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), TWAROŻEK ŚMIETANKOWY(7) Z RZODKIEWKĄ PŁATKI OWSIANE(gluten1) Z MLEKIEM(7) ŻURAWINĄ,, HERBATA OWOCOWA, GRUSZKA, MANDARYNKA</p>	<p>ZUPA Z ZIELONEGO GROSZKU (zielony groszek, warzywa: por , marchew, seler 9, pietruszka, jogurt naturalny 7, sól , pieprz mielony , lubczyk, zioła) Z ZIEMNIAKAMI UDKO Z KURCZAKA ZAPIEKANA Z RYŻEM W POMIDOROWYM SOSIE (ryż , udko z kurczaka, koncentrat pomidorowy, zioła, masło 7, cebula, sól, pieprz mielony, papryka słodka, czosnek), SURÓWKA Z KAPUSTY PEKIŃSKIEJ (z ogórkiem zielonym, papryką, pomidorem kukurydzą i fasolą czerwoną) Z SOSEM WINEGRET (woda, olej, cytryna, sól, pieprz mielony, cukier), KOMPOT ŚLIWKOWO- JABŁKOWY (woda, wiśnia mrożona, jabłko cukier)</p>	<p>PIZZA Z SEREM ŻÓŁTYM , SZYNKĄ I ZIOŁAMI*(mąka pszenna1, drożdże, olej, sól, cukier, woda, ser żółty3, szynka drobiowa), JABŁKO, HERBATA Z CYTRYNĄ</p>
ŚRODA 15.05.2024r.		
<p>CHLEB SŁONECZNIKOWY* (mąka pszenna 1, mąka żytnia 1, woda, słonecznik 8, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), POŁĘDWICA SOPOCKA*, _OGÓREK ZIELONY, POMIDOR KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATA OWOCOWA,, JABŁKO</p>	<p>KAPUŚNIAK Z CZERWONĄ SOCZEWICĄ* (por, marchew, seler9, pietruszka, soczewica, kiszona kapusta, czosnek, sól, pieprz mielony, liść laurowy, majeranek, koncentrat pomidorowy) Z ZIEMNIAKAMI KOTLET SCHABOWY PANIEROWANY (bułka tarta 1, mąka pszenna 1, jajko 3), ZIEMNIAKI SALATA Z JOGURTEM NATURALNYM (7) KOMPOT WIELOOWOCOWY (woda, mieszanka owocowa mrożona, cukier)</p>	<p>BUDYŃ CZEKOLADOWY Z TRUSKAWKAMI (mleko7, masło 7, cukier, cukier waniliowy, jajka3, mąka ziemniaczana, czekolada gorzka kakao (gluten 1, soja 6, mleko7) HERBATNIKI (mąka pszenna1, jajka3, mleko 7, soja 6) GRUSZKA HERBATA OWOCOWA</p>

CZWARTEK 16.05.2024r.

CHLEB PSZENNY*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PASTA TWAROGOWA(7) Z ŁOSOSIEM I OGÓRKIEM ZIELONYM, KAWA (jęczmień 1, żyto 1) Z MLEKIEM(7) HERBATA OWOCOWA JABŁKO, BANAN	35/70gr 7/11gr 30/60gr 40/80gr 150/250gr 40/75gr	ZUPA KALAFIOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , kalafior, sól, pieprz mielony, zioła, lubczyk) z ZIEMNIAKAMI, BITKI Z SZYNKI W SOSIE PIECZARKOWYM (szynka wieprzowa woda, cebula, <u>pieczarki</u> , <u>mąka pszenna1</u> , olej, majeranek, sól, pieprz mielony, pieprz ziołowy, papryka słodka,) KASZA JĘCZMIENNO-GRYCZANA BURACZKI (cebula, sól, pieprz mielony, cukier, cytryna), KOMPOT TRUSKAWKOW- PORZECZKOWY (woda, truskawka, porzeczka mrożona, cukier)	220/350gr 70+50gr sos/ 90+90gr sos 35/70gr 80/110gr 200/250gr	BUŁKA WROCŁAWSKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7), PARÓWKI Z SZYNKI Z KE CZUPEM* HERBATA ŻURAWINOWA JABŁKO	35gr 4gr 40gr 150gr 40gr
--	---	---	--	---	--

PIĄTEK 17.05.2024r.

CHAŁKA PSZENNA*(mąka pszenna 1, woda, drożdże, sól, cukier) Z MASŁEM(7) I POWIDŁAMI ŚLIWKOWYMI, PŁATKI KUKURYDZIANE*(gluten 1, mleko 7, soja 6) Z MLEKIEM(7), HERBATA OWOCOWA, JABŁKO	35/70gr 7/11gr 10/20gr 200/350gr 150/250gr 40/75gr	ZUPA POMIDOROWA (warzywa: por, marchew, <u>seler 9</u> , pietruszka, <u>jogurt naturalny 7</u> , sól, pieprz mielony, lubczyk, zioła, koncentrat pomidorowy), Z <u>MAKARONEM (mąka pszenna i mąka pszenna pełnoziarnista1, jajko 3)</u> PALUSZKI RYBNE (miruna4, pieprz mielony, sól, olej, pieprz ziołowy oregano, zioła prowansalskie, mąka pszenna 1, jajka 3, bułka tarta 1), ZIEMNIAKI, MIZERIA (ogórek zielony, <u>jogurt naturalny 7</u> , koper, sól, pieprz mielony, cukier) KOMPOT WIELOOWOCOWY	220/350gr 80/130gr 120/240gr 80/110gr 200/250gr	JABŁECZNIK (mąka pszenna 1, jajka3, olej, cukier waniliowy, cukier, proszek do pieczenia, jabłko) KAKAO*(gluten 1, soja 6, mleko7) BANAN	50gr 150gr 40gr
--	---	--	---	---	-----------------------------------

* Zgodnie z informacjami od producentów użyte produkty gotowe (np. kakao, herbata, dżem, ketchup, koncentrat pomidorowy, produkty z mięsa) mogą zawierać śladowe ilości alergenów: glutenu, mleka łącznie z laktozą, jaj, soi, orzechów, selera i gorczycy.

Do przygotowania posiłków używane są przyprawy:

pieprz mielony, pieprz ziołowy, ziele angielskie, liść laurowy, majeranek, oregano, bazylija, tymianek, kminek, liść lubczyka, zioła prowansalskie, papryka słodka, gałka muszkatołowa, rozmaryn, cukier waniliowy, sól