

# MEET & EAT.

MARYNARSKA BUSINESS PARK

## MENU 25 tydzień

\*\*\* nasze menu na [www.meet-and-eat.pl](http://www.meet-and-eat.pl) \*\*\*

	Poniedziałek 18-06-2018	Wtorek 19-06-2018	Środa 20-06-2018	Czwartek 21-06-2018	Piątek 22-06-2018
<b>Zupy</b>	<b>Mięsna</b> Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami	Ogórkowa Zupa krem z pomidorów	Krupnik Krem z pieczarek	Meksykańska zupa z kurczakiem Zupa paprykowa	Zupa duńska z serkiem topionym i porzem Zupa z pieczonego kalafiora, marchewki i nutą curry
	<b>Wegetariańska</b> Fasolowa z fasolki szparagowej				
	<b>Oriental</b> Kurczakiem z brokulami, kukurydzą i makaronem soba w sosie hoisin	Zeberka wieprzowe w singapurskim sosie BBQ	Kurczak z tajską bazylią	Pikantna wołownia pięć smaków	Pad Thai z kurczakiem i makaronem ryżowym
<b>Live cooking</b>	<b>Patelnia smaków</b> Makaron spaghetti orkiszowe z krewetkami, pomidorkami koktailowymi, pesto z natki pietruszki, pestki słonecznika i dyni.	Mule w winno-maślanej emulsji z domową focaccią	Szpinakowe pappardelle z łososiem wędzonym, porzem, cukinią i kremowym sosem.	Penne rigate z brokulami, suszonymi pomidorami, kurczakiem i kremowym sosem.	Makaron z Boczkami, chilli, oliwki w sosie pomidorowym.
	<b>Grill</b> Quesadilla z kurczakiem, szpinakiem i pieczarkami	Szarpana wieprzowina coleslawem i frytkami	Grilowany filet z kurczaka z sosem chimichurri na makaronie tagliatelle z warzywami	Swojak Burger (ogórek kiszony, jajo, pomidor)	fish&chips
	<b>Mięsna</b> Golabki leniwe Tortilla wieprzowa z pikantnym sosem pomidorowym Indyk w sosie cytrynowym Filet z kurczaka po parysku Wołownia z warzywami Mix mięs grillowanych	Palki z kurczaka w chrupiącej kukurydzianej panierce Wieprzowina po starobawarsku Kawałki kurczaka duszone z cukinią, cebulą i papryką Schab pieczony na dyniowym chutney Kurczak z anansem i kolbami kukurydzy Mix mięs grillowanych	Schabowy panierowany Stek w sosie pieczarkowym Kotlet drobiowy siekany z marchewką i cukinią Udko z kurczaka z cytryną i rozmarynem Chrupiąca kaczka w ananowym curry Mix mięs grillowanych	Gyros drobiowy Chrupiąca pierś kurczaka z sosem z mango Zraz faszerowany pieczarkami Udka z kurczaka z cytryną i rozmarynem Zeberka orientalne w ananowym marynacie Mix mięs grillowanych	Nalesniki z mięsem wieprzowym i warzywami Pulpety w sosie ogórkowo-koperkowym Filet z kurczaka w aromatycznej panierce orzechowej Schabowe faworki z boczkami Kurczak w sosie tandori curry Mix mięs grillowanych
	<b>Danie fit</b> Schabowe roladki z brokulami i serem w sosie pomidorowym	Filet drobiowy faszerowany w sosie pomidorowym	Parowany filet z kurczaka z puree dyniowym i białym serem	Gotowana pierś faszerowana szpinakiem, serem feta i suszonymi pomidorami	Eskalopki z indyka po hiszpańsku
	<b>Ryby</b> Stek z zebacza z sałwą jalapeno mango Ryba zapiekana w porach	Fishburger Ryba po polsku z duszonymi warzywami i jajkiem	Dorsz z pomidorem, serem mozzarella i ziołami Mintaj w chrupiącej panierce	Morszczuk w panko Srebrzyk panierowany	Dorsz bałtycki w sosie cytrynowo-maślanym Ryba panierowana z pomidorami
	<b>Danie wegetariańskie</b> Wegetariańskie zielone kotleciki z groszku Sajgonki z warzywami	Kotlety z kaszy jęczmieńnej z pieczarkami, słonecznikiem i natką pietruszki Smażone tofu w sosie sriracha (pikantne)	Kotleciki z zielonej soczewicy, bobu i sera żółtego Warzywa w tempurze	Indyjskie Muttar tofu Krążki cebulowe z majonezem wasabi	Placki z cukini Warzywa po chińsku z tofu
	<b>Danie wegańskie</b> Gryczane kotleciki z brokulą i rukolą Bataty pieczone w płatkach ryżowych	Szparagi w cieście pietruszkowym z winem Ciecierzycza po bretońsku z papryką	Placki z cukini Frittata z warzywami	Kotlet jajeczny z ziemniakami i szczypiorkiem zapieczony serem Pieczona papryka faszerowana kaszą i pieczarkami	Jaglane klopsiki z suszonym pomidorem Słodki ziemniak faszerowany warzywami i serem
	<b>Warzywa</b> Szpinak Kapsuła biała zasmażana z pomidorami Pieczarki w sosie smażonym Brokuł i kalafior z słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Marchewka mini z sezamem	Szpinak Mieszanka warzyw orientalnych z czarnym sezamem Buraczki na ciepło Bukiet warzyw Fasolka szparagowa mix Kalafior zapiekany z serem	Szpinak Marchew z groszkiem Warzywa po włosku Brokuły ze słonecznikiem Fasolka żółta z bułką tartą Fasolka żółta z bułką tartą Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Szpinak Kukurydża gotowana Kapsuła modra Brukselka Brokuł ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Szpinak Marchewka z groszkiem i dynią Boraki na ciepło Brokuły ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Marchewka mini z sezamem
	<b>Pierogi</b> Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie
	<b>Na słodko</b> Pierogi babuni Ryz z jabłkami i cynamonem Czekoladowe naleśniki z serkiem i brzoskwiniami	Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta Kokosowe kotleciki z kaszą jęczmienną Nalesniki z serem	Pierogi z grzybami i mozzarellą Placuszki na serku z brzoskwiniami Nalesniki z serem i malinami	Pierogi zbydnięskie zasmażane Knedle z Truskawkami Czekoladowe naleśniki z mięgotym serkiem i truskawką	Pierogi z twarogiem i brokulami Jabłka w cieście biszkoptowym Nalesniki z serem i brzoskwiniami
	<b>Dodatki</b> Makaron sojowy z kurczakiem na ostro Kluski śląskie w sosie grzybowym Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryz żółty z kukurydzą, marchewką i groszkiem Kasza gryczana Kasza kuskus z warzywami	Ryz smażony z warzywami Kopytka Ziemniaki puree z cebulą i boczkami Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryz z pesto pietruszkowym Kasza jęczmieńna Kasza bulgur po turecku	Makaron sojowy z warzywami Kluski śląskie Ziemniaki z wody z masłem i koperkiem Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryz dziki Kasza gryczana z cebulą Soczewica z papryką	Makaron ryżowy z warzywami Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki puree Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryz z warzywami Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką Kasza kuskus z warzywami	Makaron po chińsku Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryz Kasza jęczmieńna z grzybami i cebulą Soczewica zielona z pomidorami i cebulą
	<b>Surówki</b> Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z młodej kapusty z rzodkiewką Surówka z marchewki i pomarańczy Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Surówka z kiszonych ogórków Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z kapusty kiszonej Surówka z porami i kukurydzą	Surówka z buraka ze słonecznikiem Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Surówka z kiszonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Pomidory w śmietanie	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z białej kapusty, marchewki, koperku i jabłka Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczyplorkiem Surówka z kiszonych ogórków Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z selerą Surówka z por i jabłka	Surówka z buraka ze słonecznikiem Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie Surówka z marchewki i rodzynek z nutą pomarańczy Surówka domowa z kiszonej kapusty Surówka z kiszonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem Mizeria ze śmietaną	Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami Surówka z młodej kapusty z marchewką i cukinią Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą Surówka z ogórka kiszonego z cebulką Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami
	<b>Salatki</b> Salatka morską z tuńczykiem Salatka szpinak, rukola, gruska, czarny sezam Salatka rodoś Salatka z kaszą bulgur, cieciorą, jarmużem, papryką, i kukurydzą Salatka ze smażoną wieprzowiną, granatem i awokado Salatka owocowa	Salatka z paluszkami krabowymi i selerem Salatka cesar (jajko, grzanki) Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami Salatka z mozzarellą i czarną porzeczką Salata masłowa, rzodkiewka, ogórek Salatka owocowa	Salatka grecka Salatka ze świeżym szpinakiem, truskawką i szparagami Salatka z rucolą, granatem, pomidorkami cherry i serem typu feta Salatka z kurczakiem, pomarańczą i selerem naciowym Salatka z pora, szynki i selerą Salatka owocowa	Salatka z rozspinką, ciecierzycą, pomidorkami cherry i jajkiem Salatka fajita z grillowanym kurczakiem i papryką Salatka włoska, pomidory, listki bazylii, seler naciowy, listki mięty Salatka z makaronem i z brokulą Salatka z dynią i jarmużem Salatka owocowa	Salatka z tuńczykiem Salatka diabelska na ostro Salatka z rozspinką i cykori Salatka z bakłażaną i zielonego groszku Salatka z pomidorów koktajlowych z rukolą Salatka owocowa