

MEET & EAT.

MARYNARSKA BUSINESS PARK

MENU 8 tydzień

*** nasze menu na www.meet-and-eat.pl ***

Poniedziałek 18-02-2019

Wtorek 19-02-2019

Środa 20-02-2019

Czwartek 21-02-2019

Piątek 22-02-2019

Zupy	Mięsna	Vegetariańska	Mięsna	Vegetariańska	Mięsna	Vegetariańska	Mięsna	Vegetariańska	Mięsna	Vegetariańska
		Zupa szczawiowa na zęberkach Jarzynowa	Gruzińska zupa Charcho Kremowa zupa serowa z prażonym słonecznikiem	Kapuśniak Zupa krem z zielonego groszku	Meksykańska zupa z kurczakiem Aromatyczna zupa ziemniaczana ze świeżym szczyplorkiem	Zupa jarzynowa z kurczakiem Zupa brokułowa				
	Mięsa	Schab panierowany smażony na smalcu Golonka wieprzowa w kiszzonej kapuście Kurczak w pikantnej panierce Stripsy z kurczaka Wieprzowina Amok z bambusem Mix mięs grillowanych	Udo kurczaka po hiszpańsku z pomarańczą Kebab ognisty w tortilli Szynka grillowana z miodem po prowansalsku Kotlet poarski (drobiowy) Kurczak Teraki Mix mięs grillowanych	Kurczak panierowany w płatkach migdałowych Świeżonka wieprzowa z cebulą Wątróbka drobiowa w sosie musztardowym Filet z kurczaka w cieście kokosowym Kurczak Kung Bao Mix mięs grillowanych	Kurczak po myśliwsku (Pollo alla cacciatora) Wieprzowe kotletki z brokułowym wnętrzem Qurrutto z sosem BBQ Makaron w sosie bolońskim Kurczak Kung Bao Mix mięs grillowanych	Potrawka z kurczaka z pomidorami i bazylią w sosie śmietanowym Karkówka w korzonkach Kurczak w jamajskiej marynacie jerk Leniwe gołąbki w sosie pomidorowym Orientalny boczek Mao Mix mięs grillowanych				
	Danie fit	Rolada drobiowa ze szpinakiem i suszonymi pomidorami	Schab saute z parowanymi warzywami	Gotowany na parze drobiowy zawias z fasolką szparagową w sosie mięsowym	Kurczak duszony z tymiankiem, oliwkami, pomidorkami koktajlowymi i cukinią	Dietetyczna tortilla z kurczakiem i dynią				
	Ryby	Portugalski gulasz rybny Morszczyk panierowany z sosem tatarskim i czerwoną cebulką	Tilapia HOT & Cheese (panierowana z płatkami chilli i sosem serowym) Panga z sałką chilli-mango i granatem	Chrupiące fingersy rybne w płatkach kukurydzianych Ryba zapiekana z pomidorami, selerem naciowym i marchewką	Tilapia panierowana z pestkami dyni	Pieczona panga w limonkowej marynacie z nuta koperku Morszczyk w cieście z puree z zielonego groszku				
	Danie wegetariańskie	Kotlety ziemniaczane z pieczarkami Makaron w sosie śmietanowym z brokułami	Tofu z sosie curry ze szpinakiem Sycylijska caponata z bakłażanem, pomidorami, oliwkami i kaparami	Aromatyczna Chakalaka ze świeżym tymiankiem Wegetariańskie zielone placuszki warzywne	Pieczarka farszerowana Tagliatelle w sosie pomidorowo-serowym z bazylią	Makaron penne z lososiem w sosie kaparowym z suszonymi pomidorami Kotlety z bakłażana z siemieniem lnianym i pestkami dyni				
	Danie wegańskie	Tagine z bakłażana z suszonymi morelami Bigos wegetariański	Indyjskie Muttar tofu Placuszki marchewkowe	Lecco cukiniowo paprykowe z fasolą Gnocchi w sosie szpinakowym	Kaszotto z suszonymi pomidorami, grzybami i natką pietruszki Kotlety z kalafiora i kaszy jaglanej	Brokułowe placuszki Azjatyckie warzywa z trójkolorowym tofu				
	Warzywa	Szpinak Kalafior zapiekany z serem Pieczarki w śmietanie Brokuly ze słonecznikiem Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z czosnkiem Bukiet warzyw	Szpinak Duet marchewkowy z siemieniem lnianym Buraczki na ciepło Mix warzyw ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Brukselka	Szpinak Marchew z groszkiem Warzywa po włosku Brokuly ze słonecznikiem Fasolka żółta z bułką tartą Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Szpinak Kukurydza gotowana Glaszowana marchewka Brukselka Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Szpinak Marchewka z groszkiem i dynią Buraczki na ciepło Brokuly ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Marchewka mini z sezamem				
	Pierogi	Pierogi ruskie Pierogi po meksykańsku z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi z kaszą gryczaną i pieczarkami	Pierogi ruskie Pierogi z kapustą	Pierogi ruskie Pyzy z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi ze szpinakiem				
	Na słodko	Jabłka w cieście kokosowym Czekoladowe naleśniki z serem i wiśniami	Kluski Leniwe z bułką tartą Naleśniki z serem	Placuszki sernikowe z nutella Naleśniki z serem i malinami	Koreańskie Hotteoki z cynamonem i orzechami Czekoladowe naleśniki z mięsowym serkiem i truskawką	Amerykańskie Pickletsy z miodem Naleśniki z serem i brzoskwiniami				
	Dodatki	Makaron orientalny z warzywami Kopytka Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z rozmarynem Frytki Ryz z pieczarkami Kasza gryczana Kasza kuskus z warzywami	Smażony ryż w sosie sojowym z warzywami Kluski śląskie Ziemniaki puree z cebulą i boczkami Ziemniaki pieczone Frytki Ryz z pieczarkowym Kasza jęczmienna Kasza bulgur po turecku	Makaron sojowy z warzywami Kopytka marchewkowe Ziemniaki z wody z masłem koperkowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryz z pieczoną dynią Kasza gryczana z cebulą Soczewica z papryką	Ryz smażony Tom Yum Kopytka z szpinakiem Ziemniaki puree Ziemniaki pieczone Frytki Ryz z warzywami Kasza bulgur po turecku Kasza kuskus z warzywami	Makaron ryżowy z warzywami Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryz Kasza pieczak z groszkiem zielonym Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą				
	Surówki	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 kiszzonej Surówka z porą i kukurydzą	Surówka z buraka ze słonecznikiem Coleslaw z białej kapusty z chrzanem Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z selerem Pomidory w śmietanie	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z młodej 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 selerem Surówka z porą i jabłka	Surówka z buraka ze słonecznikiem Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie Surówka z marchewki i rodzynek z nutą pomarańczową Surówka domowa z kiszzonej kapusty Surówka z kiszzonego 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, ciemniczką i orzechami Surówka z młodej kapusty z marchewką i cukinią Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami				
	Salatki	Salatka meksykańska z kurczakiem Salatka szpinak, rukola, gruska, czarny sezam Salatka rodos Salatka z kaszą bulgur, ciemniczką, jarmużem, papryką, i kukurydzą Salatka ze smażoną wieprzowiną, granatem i awokado Salatka owocowa	Surówka z kalafiora i brokuła Salatka cesar z brokulem Salatka z ciemniczką z suszonymi pomidorami Salatka z mozzarellą i czarną porzeczką Salata masłowa , rzodkiewka , ogórek Salatka owocowa	Salatka grecka Salatka z wędzonym kurczakiem i pomarańczą Salatka z rukolą, granatem, pomidorkami cherry i serem typu feta Salatka z kurczakiem, pomarańczą i selerem naciowym Salatka z parą, szynki i selerem Salatka owocowa	Salatka z rozponką, ciemniczką, 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 brokulem Salatka z dynią i jarmużem Salatka owocowa	Salatka z tuńczykiem Salatka diabelska na ostro Salatka z rozponki i cykori Salatka z bakłażana i zielonego groszku Salatka z pomidorów koktajlowych i rukoli Salatka owocowa				