

MEET & EAT.

MARYNARSKA BUSINESS PARK

MENU 17 tydzień

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

	Wtorek 23-04-2019	Środa 24-04-2019	Czwartek 25-04-2019	Piątek 26-04-2019
Zupy	Mięsna Steczawowa z jajkiem	Meksykańska Zupa krem z brokułów i szpinaku	Gulaszowa Krupnik	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami Zupa z soczewicy z pieczonymi warzywami
Wegetariańska	Shoarma drobiowa z cebulą i pieczarkami Kurczak pieczony z sosem i ziemniakami Kurczak z papryką i pieczarkami Gulasz wieprzowy z cukinią, papryką i pieczarkami Tataś wieprzowy z grzybami i papryką Mix mięs grillowanych	Gołąbki w sosie pomidorowym Filet z kurczaka w sosie własnym Zraz wieprzowy w sosie pieczeniowym Rumstyk wieprzowy z cebulką Kurczak z ananosem i kolbami kukurydzy Mix mięs grillowanych	Bitki wieprzowe w sosie własnym Burrito Tex-Mex (wieprzowina, ryż, warzywa) Diabełski kurczak Kotlet drobiowy z saupryką Indyk z cukinią Mix mięs grillowanych	Filet drobiowy panierowany z sezamem Gulasz wieprzowy z pieczarkami w sosie śmietanowym Kurczak mielony musztardowy z sosem śmietanowym Lasagna szpinakowo-mięsna Polewiczki słodko-pikantne Mix mięs grillowanych
fit	Klopsy drobiowe na warzywach	Filet drobiowy gotowany a la bruschetta (kielek, pomidor, czosnek)	Filet w sosie zielonym z grillowaną cukinią i liśćmi botwinki	Filet drobiowy stacy z grillowanym ananosem
Ryby	Morszczyk panierowany Dorsz z gremolată zapieczony serem	Srebrzyk panierowany Tilapia w cieście naleśnikowym	Fingersy rybne z sezamem Morszczyk w sosie bernaise (koperkowym)	Ryba po grecku Dorsz zapiekany z pastą brokułowo-serową
Danie wegetariańskie	Gryczane kotletki z warzywami Słodko kwaśne tofu z warzywami	Gulasz z ciecierzycy w pomidorach Kotlety sojowe panierowane	Bataty pieczone z rozmarynem Curry z tofu i cieciorą	Lasagne ze szpinakiem Ryż smażony z warzywami
Danie wegańskie	Kaszotto z cukinią i pieczarkami Ziemniaki faszerowane	Makaron w sosie śmietanowo szpinakowym z orzechami włoskimi Pieczona papryka faszerowana kaszą i pieczarkami	Fasolka po bretońsku Bakłażan po egipsku	Kotletki z soczewicy Leczo z cukini w pomidorach
Warzywa	Szpinak Marchew zapiekana Warzywa po włosku Bukiet warzyw Fasolka szparagowa mix Broksenka	Szpinak Masa marchewka karmelizowana z tymiankiem Pieczarki w sosie sojowym Brokuly ze słonecznikiem Fasolka zotta z bułką tartą Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Szpinak Marchew z groszkiem Kapsuła biała ziemniakami z pomidorami Kalafior z bułką tartą Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzywa na parze	Szpinak Zupa marchewkowa z bułką tartą i serkiem śmietanowym Buraczki na ciepło Brokuly ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Bukiet warzyw
Pierogi	Pierogi ruskie Pierogi z serem (na słodko) Pierogi z jabłkiem Naleśniki z serem	Pierogi ruskie Pierogi z soczewicy Pieczone bułki z rodzynkami Naleśniki z serem i malinami	Pierogi ruskie Pierogi zbrojnicze zasmażane Pieczone bułki z kruszkiem Czekoladowe naleśniki z miodowym serem i truskawkami	Pierogi ruskie Pierogi ze szpinakiem Bułki pieczone z buraczkami Naleśniki z serem i broszkami
Na słodko	Ryż smażony z warzywami Kopytka Kopytka z szpinakiem Ziemniaki puree z cebulą i brokitem Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami Kasza jęczmienna Kasza bulgur po turecku	Makaron sojowy z warzywami Kluski śląskie Ziemniaki z wody z masłem koperkowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i masłem Frytki Ryż z selenem Kasza gryczana z cebulą Soczewica z papryką	Ryż smażony Tom Yum Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki puree Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami Kasza bulgur z warzywami Kasza kuskus z warzywami	Makaron ryżowy z warzywami Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą
Surówki	Surówka z buraków ze słonecznikiem Coleslaw z białej kapusty z chrzanem Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty kiszzonej Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli Surówka z brokuła, kalafiora i majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Pomidory z cebulką	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka Surówka z marchewki i broszkiwinia i jabłkiem Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i czosznikiem Surówka z kiszonych ogórków Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z selera Surówka z porą i jabłkiem	Surówka z burakami 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, kalafiora i majonezem Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem Mizeria ze śmietaną	Surówka z buraczkami, 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 kiszzonego z cebulką Surówka z brokuła, kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami
Salatki	Salatka z kalafiora i brokuła Salatka szparak z brokułem Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami Salatka z mozzarellą i czarną porzeczką Salatka masłowa „rodziewka”, ogórek Salatka owocowa	Salatka grecka Salatka zimowa z brokułem Salatka z rukolą, granatem, pomidorkami cherry i serem typu feta Salatka z kurczakiem, pomarańczą i selerem naciowym Salatka z porą, szynki i selera Salatka owocowa	Salatka z rosponką, ciecierzycą, pomidorkami cherry i jajkiem Salatka fajta z grillowanym kurczakiem i Legeerka Salatka włoska, pomidory, listki bazylii, seler naciowy, listki mięty Salatka z makaronem i z brokułem Salatka z dynią i jarmużem Salatka owocowa	Salatka z tuńczykiem Salatka diabełska na ostro Salatka z rosponki i cykorii Salatka z bakłażanem i zielonego groszku Salatka z pomidorów koktajlowych i rukoli Salatka owocowa