


	poniedziałek 18-11-2019	wtorek 19-11-2019	środa 20-11-2019	czwartek 21-11-2019	piątek 22-11-2019
Zupy	Rosań z makaronem Harira - zupa marokańska	Barszcz ukraiński Zupa krem z groszku i jarmużu z grzankami (veg)	Kwaśnica na zęberkach Zupa z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)	Bawarska zupa na wierzchołku z piwem Zupa jarzynowa z kaszą (veg)	Meksykańska Zupa krem z brokułów (veg)
Live Cooking	Kurczak w mleku kokosowym	Hamburger wołowy z wędzonym serem, cebulką, ogórkiem kiszonym...	Sushi	Ramen Shoyu z wierzchołkiem, Japońska zupa z makaronem ramen i dodatkami	Filet grillowany ze szpinakiem, boczkiem i pestkami duni
Mięsa	Filet z kurczaka panierowany w płatkach kukurydzianych Chrupiące udka z majonezem	Filet z kurczaka w tymiankowej panierce Schab nadziewany morelami	Filet z kurczaka w panierce kukurydzianej Fasolka po bretońsku	Filet z kurczaka w panierce orzechowej Klopsiki wieprzowe po azjatycku Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem z nutą	Filet drobiowy panierowany Makaron penne carbonara
	Karkówka pieczona w sosie pieczeniowym Shoarma drobiowa z warzywami z sosem czosnkowym Kotlet mielony	Paki z kurczaka w ostrej marynacie sambal Gulasz wieprzowy po węgiersku Enchilada z mięsem wieprzowym i warzywami	Kurczak grillowany z jabłkiem i musztardą Zeberka wieprzowe z sosie bbq Makaron penne bolognese z wołowiny	maieranku Makaron po wjejsku z kielbasa, cebula i jajkiem Chrupiąca geś	Steki wieprzowe z cebulką Kurczak po meksykańsku Skrzydła siodła kwaśne
 Danie fit	Filet z kurczaka faszerowany papryką i serem typu feta posypany szczypiorkiem	Filet z kurczaka imbirowo-cytrynowy z konfiturą z czerwonej cebuli	Filet faszerowany szpinakiem	Poładwica wieprzowa z grubo ciętymi warzywami (pikantne)	Paella z owocami morza i kurczakiem
Ryby	Miruna w cieście brokułowym Tilapia panierowana z pestkami dyni	Dorsz panierowany z sezamem Tilapia w cieście z suszonymi pomidorami i ziołami	Tilapia w cieście kokosowym z cytryną Morszczuk panierowany z cebulką prazną zapieczony	Miruna w cieście w salsa warzywna Morszczuk w panierce z kolorowym pieprzem	Ryba po grecku Miruna w cieście
 Vegan	Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)	Bataty pieczone z rozmarynem (vegan)	Risotto jarskie (veg)	Nugetsy z ciecierzycy (vegan)	Ratatouille
 Vegetarian	Kotlety warzywne ze słonecznikiem (veg) Gnocchi z pomidorem, rukolą i czarna oliwą (veg) Warzywa z ziołami prowansalskimi zapiekane serem Faszerowana cukinia komosa ryżowa i warzywami (vegan)	Gryczane kotleciki z warzywami (veg) Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg) Naleśnik z warzywami zapieczony żółtym serem (veg) Makaron w sosie grzybowym (veg)	Kotlety jajeczne (veg) Piramidka z bakłazana, pomidora i sera typu feta Lasagne ze szpinakiem i dynią (veg) Curry z tofu i cieciorą (veg)	Placki dyniowe (veg) Gołąbki z kaszą jęczmienną i grzybami leśnymi Ularzowa po włosku (veg) Gulasz warzywny z soczewicą	Kotlety ziemniaczane po węgiersku Węgierski kociłek z fasolą, soczewicą i warzywami Zapiekanka kalafiorowa (veg) Buraki grillowane
Warzywa	Racuchy drożdżowe z jabłkami Szpinak Pieczarki w sosie sojowym Marchew z groszkiem Brokuł i kalafior z słonecznikiem Marchewka mini z sezamem Fasolka szparagowa mix	Kokosowe kotleciki z kaszą jagłą Szpinak Kapusta biała zasmażana z boczkiem Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i Bukiet warzyw Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z czosnkiem Brokuł i kalafior z słonecznikiem	Placuszki serowe z rodzynkami i orzechami Szpinak Marchew z groszkiem Kapusta zasmażana z boczkiem Duet marchewkowy z sezamem Fasolka żółta z bułką tartą Mieszanka warzyw z prażonymi pestkami dyni	Muffiny pieczone z owocami Szpinak Kapusta biała zasmażana z pomidorami Mini marchewka karmelizowana z tymiankiem Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Strudel jabłkowy Szpinak Pieczarki z groszkiem Buraczki na ciepło Brokuly ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw w sosie ziołowym
Pierogi	Pierogi ruskie Pierogi z mięsem Kopytka Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż Kasza kuskus z warzywami Kasza pęczak	Pierogi ruskie Pierogi z brokułami Kluski śląskie Ziemniaki puree z cebulą Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z marchewką i groszkiem Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą Kasza bulgur Kasza pęczak	Pierogi ruskie Pierogi babuni Kopytka Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż żółty Kasza gryczana z cebulą Soczewica z papryką	Pierogi ruskie Pierogi ze szpinakiem Kopytka Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką Kasza kuskus z warzywami	Pierogi ruskie Pierogi po zbojniku Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż z pesto pietruszkowym Kasa pęczak z groszkiem zielonym Soczewica z papryką
Surówki	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Coleslaw z białej kapusty Surówka z marchewki z rodzynkami Surówka z czerwonej kapusty Surówka z kapusty pekińskiej z dynią i jabłkiem Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z fasoli szparagowej Pomidory z cebulką	Surówka z buraka ze słonecznikiem Coleslaw z białej kapusty z chrzanem Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty kiszonej Surówka z ogórka kiszonego z cebulką Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z selera z rodzynkami	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z białej kapusty z papryką Surówka z marchwi z chrzanem i rodzynkami w śmietanie Surówka szwedzka Surówka z pora i jabłek Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną Pomidory w śmietanie	Surówka z buraka ze słonecznikiem Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w ma Surówka z marchewki i rodzynek z nutą pomarańczą Surówka domowa z kiszonej kapusty Surówka z porą i kukurydzą Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem Ogórek kiszony	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z białej kapusty, prażonych orzechów Surówka z marchewki i jabłka Surówka szwedzka Surówka z pora Surówka z selera i marchewki Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z kapusty pekińskiej z mini kolbami kukurydzy
Salatki	Orientalna surówka z marchwi i ogórka z sezamem Salatka z grillowanym kurczakiem i papryką Salatka owocowa	Salatka z żurawiną i kurczakiem Salatka z brokuła, jajka, pomidorków koktajlowych i ogórka Salatka owocowa	Salatka z kurczakiem, pomarańczą i selerem naciowym Salatka z kaszą bulgur, cieciorą, jarmużem, papryką, i kukurydzą Salatka owocowa	Orientalna salatka z wierzchołkiem i kalafiorom Salatka grecka Salatka owocowa	Salatka gyros Salatka z kaszą bulgur, cieciorą, jarmużem, papryką, i kukurydzą Salatka owocowa