

Poniedziałek 18-02-2019

Wtorek 19-02-2019

Środa 20-02-2019

Czwartek 21-02-2019

Piątek 22-02-2019

Zupy

Fasolowa z fasolki szparagowej(veg)

Zupa z leśnych grzybów z łazankami (veg)

Krem marchewkowy z imbirem, kardamonem i mlekiem kokosowym (veg)

Pieczarkowa (veg)

Zupa krem z brokułów i szpinaku (veg)

Minestrone

Barszcz ukraiński

Flaki

Ogórkowa

Rosół z makaronem

Live Cooking

Grillowany filet z kurczaka z pomidorową sałką i serem

Burger BBQ wołowy 100% (wołowina, boczek ,pomidor, ser cheddar, cebula czerwona, sos bbq)

Placek ziemniaczany z gulaszem węgierskim

Tortilla z gyrosem drobiowym, frytkami i sałatką colesław

Morszczuk grillowany z sosem cytrynowo maślanym na szpinaku

Wok

Ostre curry z kurczakiem i mango

Wieprzowina Amok z bambusem

Orientalny kurczak cytrynowo imbirowy

Wieprzowina po tajsku z zieloną fasolą

Kurczak słodko-pikantny

Makaron

Makaron pełnoziarnisty z gotowanym kurczakiem, cukinią i pomidorkami cherry

Świderki z pieczarkami i kiebasą

Makaron z połędwiczkami wieprzowymi i grzybami

Makaron z kurczakiem, pieczarkami i estragonem

Makaron z łososiem w sosie śmietanowym z czosnkiem i natką pietruszki

Mięsa

Kotlety schabowe z cukinią pachnącą tymiankiem

Pieś z kurczaka w zielonej panierce

Fingery z kurczaka w kukurydzianej panierce

Schab w panierce ziołowej z pieczarkami i pietruszką

Kurczak ala pizza z papryką i pieczarkami

Karkówka pieczona w sosie pieczeniowym

Tortilla z chrupiącym kurczakiem i warzywami

Kurczak w sosie myśliwskim

Shoarma drobiowa ze szpinakiem

Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą

Stek wieprzowy z cebulą, pieczarkami i pietruszką

Pulpety drobiowe w sosie śmietanowym z warzywami

Zapiekanka pasterska (wieprzowina, cebula, groszek, korzeń pietruszki, marchew...)

Potrąwka z kurczaka w sosie pomidorowym z papryką i kukurydzą

Łopatka duszona w sosie cebulowo śmietanowym

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Danie rozgrzanie

Płatki z kurczka w ostrej marynacie sambal

Schab pieczony w sosie z wędzonej papryki

Indyk pieczony z warzywami korzennymi w białym sosie

Kurczak duszony z cukinią, cebulą i papryką

Pieczony filet z indyka z blanszowanym jarmużem i kolorową papryką

Ryba

Dorsz panierowany z sezamem

Tilapia panierowana z pestkami dyni

Morszczuk panierowany z cebulką prazoną

Morszczuk w panko

Kotlet mielony z ryby z brokułami



Vegan

Aloo gobi (kalefior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)

Kaszotto z pieczonymi warzywami, pieczarkami i pestkami dyni (veg)

Kotlety brokułowo ryżowe ze słonecznikiem i kukurydzą

Leczo z cukini w pomidorach (vegan)

Paella z warzywami (vegan)



Vegetarian

Wegetariański kociotek z fasolą, soczewicą i warzywami (veg)

Ser panierowany w sezamie

Gnocchi w sosie szpinakowym (veg)

Kotlety ziemniaczane po węgiersku

Gołąbek z kaszą gryczaną, soczewicą, i twarogiem w sosie grzybowym (veg)

Słodko

Racuchy z cynamonem

Naleśniki z serkiem waniliowym i żurawiną

Naleśniki z jabłkami

Naleśniki z waniliowym serkiem i orzechami

Naleśniki z serem i bananem

Warzywa

Szpinak
Marchewka mini z sezamem
Kalefior z bułką tartą

Pieczarki w śmietanie
Kapusta zasmażana
Fasolka żółta z bułką tartą

Szpinak
Mieszanka warzyw z bułką tartą
Marchew z groszkiem

Szpinak
Brokuly ze słonecznikiem
Buraczki na ciepło

Szpinak
Kapusta czerwona z cebulką na ciepło
Duet marchewkowy z bułką tartą i siemieniem lnianym

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi po zbójnicku

Pierogi z mięsem

Pierogi z pieczarkami i ziemiakami

Pierogi ruskie

Kopytka

Kopytka ze szpinakiem

Kluski śląskie

Kopytka

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Dodatki

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ryż z pieczarkami i groszkiem

Ryż

Ryż z pesto pietruszkowym

Ryż z warzywami

Ryż

Kasza pęczak z warzywami

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kasza gryczana z cebulą

Kasza jaglana

Kasza jęczmienna

Surówki

Surówka z białej kapusty z papryką konserwową i rodzynkami

Colesław z czerwonej kapusty

Surówka z białej kapusty z chrzanem

Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie

Surówka z białej kapusty z ogórkiem i pomidorem

Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną

Surówka z białej kapusty, papryki konserwowej, marchewki i ogórka

Surówka z poriem i rzodkiewką

Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i czerwonej rzodkiewki

Surówka z kapusty kiszzonej

Surówka z selera

Marchew z selerem

Surówka z czerwonej kapusty z cebulą i majonezem

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z kapusty pekińskiej z kiełkami

Ogórek kiszony, papryka kolorowa i cebula

Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką

Salatki

Salatka pieczarkowa z jajem i zieloną fasolą

Salatka z ciecierzycy z suszonymi

Salatka kukurydziana z kolendrą

Salatka z kurczakiem i słonecznikiem

Salatka ze szpinakiem, zielonym groszkiem i serem typu feta