

|   | Poniedziałek 11-03-2019  | Wtorek 12-03-2019   | Środa 13-03-2019  | Czwartek 14-03-2019  | Piątek 15-03-2019   |
|---|--|---|---|--|---|
| <b>Zupy</b>   | Meksykańska<br>Zupa miso (veg)   | Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami<br>Krem z pieczonego buraka z wiśniami(veg)  | Fasolowa<br>Koperkowo ogórkowa z ryżem (veg)  | Pomidorowa z makaronem<br>Cebulowa z czerwonej cebuli (veg)  | Sojanka rosyjska zupa pomidorowa<br>Zupa z pieczonego kalafiora , marchewki i nutą curry(veg)   |
| <b>Live Cooking</b>   | Stodko ostry makaron orientalny z krewetkami i jajkiem   | Pizza z szynką cotto, pieczarkami i serem mozzarella  | Wotowina po mongolsku z ryżem i chrupiącymi warzywami   | mule po tajsku   | Poędwiczki wieprzowe w sosie kurkowym / ziemniaki z ziołami / warzywa z dary  |
| <b>Mięsa</b>  | Filet z kurczaka panierowany w płatkach migdałowych<br>Karkówka w marynacie czosnkowo-musztardowej<br>Kurczak z warzywami<br>Makaron w sosie indyjskim z kurczakiem i kolendrą<br>Wieprzowina z warzywami w sosie Hoisin   | Stripsy z kurczaka<br>Piersz z indyka z grilla w sosie serowo ziołowym z ryżem<br>Aromatyczny kurczak z ciecierzycą i salami<br>Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym<br>Kurczak w mleku kokosowym  | Filet z kurczaka w chrupiącej panierce z czosnkiem<br>Filet z kurczaka po hawajsku (w wiórkach kokosowych)<br>Stek wieprzowy z sosem musztardowym i warzywami<br>Wątróbka drobiowa w cydrze z boczkiem<br>Wieprzowina słodko-kwaśna   | Panierowane kawałki kurczaka na ostro<br>Karkówka w piwie z rozmarynem<br>Kotlet schabowy<br>Boczek pieczony w sosie sojowym z miodem i imbirem<br>Curry z kurczakiem i cukinią  | Gulasz z żółdków drobiowych w sosie śmietanowym chrzanowym<br>Kofta wieprzowa w sosie pomidorowo jogurtowym<br>Kotlet drobiowy w sosie kaparowym z papryką<br>Poędwiczki z kurczaka po tajsku (pikantne)<br>Orientalny kurczak Loc Lac  |
|  <b>Danie fit</b>  | Filet z kurczaka z pastą bazyliową i kielkami  | Parowana pierś z kurczaka faszerowana białym serem  | Roladki z indyka z warzywami korzeniowymi   | Schab na parze z pastą bazyliową i kielkami  | Parowane schabowe papiloty z warzywami  |
| <b>Ryby</b>   | Filet z mintaja w złocistej panierce<br>Miruna z pastą serowo-szpinakową   | Tilapia w cieście curry<br>Mintaj w chrupiącej panierce   | Miruna z sałwą<br>Fingersy rybne z sezamem  | Dorsz panierowany<br>Tilapia a la caprese  | Dorsz w chrupiącej panierce na szpinaku<br>Pulpety rybne w sosie pomidorowym  |
|  <b>Vegan</b>      | Lecco z boczniakami ,cukinią i papryką (vegan)   | Pieczona papryka faszerowana kaszą i pieczarkami (vegan)  | Batat faszerowany warzywami (vegan)   | Fasolka po bretońsku (vegan)   | Pieczona dynia, bataty z brukselką i chilli (vegan)   |
|  <b>Vegetarian</b> | Ciecierzycza w sosie curry (veg)<br>Makaron po chińsku z warzywami na ostro<br>Pulpeciki orientalne<br>Łazanki z grzybami leśnymi i natką pietruszki (veg)   | Ser panierowany (veg)<br>Ryż smażony z warzywami (veg)<br>Tofu w sosie black pepper (veg)<br>Falafel z sosem jogurtowym tahini(veg)   | Kotleciki z białej fasoli i warzyw korzennych(veg)<br>Makaron ryżowy z warzywami (veg)<br>Phad thai z tofu (veg)<br>Gnocchi w sosie szpinakowym (veg)   | Gołąbki z pieczarkami (veg)<br>Pad preaw wan z ciecierzycą (veg)<br>Sajgonki z warzywami (veg)<br>Kasza gryczana smażona z jarmużem, dynią i serem typu feta (veg)   | Kotleciki jaglane ze szpinakiem i serem mascarpone (veg)<br>Pierś z kurczaka z ugniatającą papryką, ciecierzycą i makiem (vegan)<br>Makaron sojowy z warzywami<br>Quesadilla z warzywami (veg)  |
| <b>Warzywa</b>  | Banan w cieście<br>Szpinak<br>Głazurowana marchewka<br>Pieczarki w śmietanie<br>Brokuły w sosie curry<br>Fasolka szparagowa mix  | Japońskie pierożki z jabłkiem<br>Szpinak<br>Kapusta biała zasmażana z boczkiem<br>Marchewka z groszkiem i dynią<br>Bukiet warzyw<br>Fasolka szparagowa zielona z bułką tarta z czosnkiem  | Jabłko pieczone z miodem i orzechami włoskimi<br>Szpinak<br>Marchew z groszkiem<br>Pieczarki w śmietanie<br>Brokuły ze słonecznikiem<br>Fasolka żółta z bułką tartą   | Placuszki serowe z rodzynkami i orzechami<br>Szpinak<br>Pieczarki w sosie sojowym<br>Buraczki na ciepło<br>Brukselka<br>Fasolka szparagowa mix   | Placuszki na kefirze z owocami<br>Szpinak<br>Mini marchewka karmelizowana z tymiankiem<br>Kapusta biała zasmażana z pomidorami<br>Brokuł i kalafior z bułką tartą<br>Fasolka szparagowa mix   |
| <b>Pierogi</b>  | Pierogi ruskie<br>Pierogi z mięsem   | Pierogi ruskie<br>Pierogi po meksykańsku z mięsem   | Pierogi ruskie<br>Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta   | Pierogi ruskie<br>Pielmieni z mięsem   | Pierogi ruskie<br>Pierogi babuni  |
| <b>Dodatki</b>  | Kluski śląskie<br>Ziemniaki z wody<br>Ziemniaki pieczone<br>Frytki<br>Ryż żółty z kukurydzą, marchewką i groszkiem<br>Kasza kuskus z warzywami<br>Kasza pęczak   | Kopytka<br>Ziemniaki puree<br>Ziemniaki pieczone z rozmarynem<br>Frytki<br>Ryż z pieczarkami<br>Kasza pęczak z warzywami<br>Kasza bulgur po turecku   | Kopytka dyniowe z masłem szalwiowym<br>Ziemniaki po włosku (veg)<br>Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem<br>Frytki<br>Ryż dziki<br>Kasza gryczana z cebulą<br>Soczewica z papryką   | Kopytka ze szpinakiem<br>Ziemniaki puree z cebulą i boczkiem<br>Ziemniaki pieczone<br>Frytki<br>Ryż z warzywami<br>Kasza bulgur<br>Kasza kuskus z warzywami  | Ziemniaki puree<br>Kluski śląskie<br>Ziemniaki smażone z warzywami<br>Frytki<br>Ryż z marchewką i groszkiem<br>Kasza pęczak w sosie pomidorowym z pietruszką<br>Kasza jęczmienna  |
| <b>Surówki</b>  | Surówka z buraków czerwonych z cebulą<br>Surówka z białej kapusty z koperkiem<br>Surówka z marchewki i rodzynek z nutą pomarańczową<br>Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą<br>Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką<br>Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem<br>Surówka z kapusty kiszzonej<br>Surówka z selera i marchewki | Surówka z buraka ze słonecznikiem<br>Coleslaw z białej kapusty z chrzanem<br>Surówka z marchewki i jabłka<br>Surówka z kapusty kiszzonej<br>Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką<br>Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Surówka z pora i jabłek | Surówka z buraków czerwonych z cebulą<br>Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka<br>Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem<br>Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem<br>Pomidory z cebulką<br>Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem<br>Surówka z selera<br>Surówka z pora | Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami<br>Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie<br>Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem<br>Surówka domowa z kiszzonej kapusty<br>Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką<br>Brokuł z kalafiorom i ogórkiem<br>Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem<br>Surówka z porami i kukurydzą | Surówka z buraków czerwonych z cebulą<br>Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki<br>Surówka z marchewki i jabłka<br>Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą<br>Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką<br>Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem<br>Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem<br>Surówka z porami i rzodkiewką |
| <b>Salatki</b>  | Salatka caprese<br>Rukola, pomidorek koktajlowy, mozzarella<br>Salatka owocowa   | Salatka rodos<br>Salatka z jarmużem<br>Salatka owocowa  | Salatka grecka<br>Salatka hawajska (kurczak, ananas)<br>Salatka owocowa   | Salatka caprese<br>Salatka z paluszkami krabowymi z anansem i selerem<br>Salatka owocowa   | Salatka z tuńczykiem<br>Salatka z zielonej fasoli i orzechami<br>Salatka owocowa  |