

Poniedziałek 09-09-2019

Wtorek 10-09-2019

Środa 11-09-2019

Czwartek 12-09-2019

Piątek 13-09-2019

Zupy

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

Zupa krem z brokułów (veg)

Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)

Zupa fasolowa z kurkami i młodymi jarzynami (veg)

Pikantna zupa serowa (veg)

Zupa porowa z indykami

Zupa kukurydziana z kurczakiem

Flaczki

Meksykańska

Rosół z makaronem

Mięsa

Filet z kurczaka w panierce żurawinowej

Schabowy panierowany ze skórką pomarańczy

Filet z kurczaka w migdałach

Schab z fasolką szparagową

Filet z kurczaka z pieczarkami zapieczony żółtym serem

Wieprzowina a'la Stroganow

Drobiowy kotlet mielony z pieczarkami

Lasagne z mięsem i warzywami

Zraz wieprzowy w sosie grzybowym

Gulasz dyniowy z kurczakiem i kolendrą

Klopsiki po Bawarsku

Filet z kurczaka w sosie cebulowo porowym

Potrąwka z indyka z warzywami i kukurydzą

Półdzwiczka drobiowa w pesto bazyliowym z pomidorkami koktajlowymi i orzechem

Wątróbka drobiowa z cebulą i gruszką

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Makaron chiński z kurczakiem i warzywami

Orientalna wieprzowina na ostro z nuta

Ostry kurczak z bambusem

Orientalny Makaron smażony z wieprzowiną

Wołowina ostrzygowa

Danie Fit

Bakłażan faszerowany mięsem mielonym i warzywami

Gulasz z indyka z papryką i pieczarkami

Filet drobiowy zawijany z brokułami i serem

Filet drobiowy gotowany a'la bruschetta (kierki, pomidor, czosnek)

Udko z kurczaka marynowane w miso i czosnku z warzywami

Ryba

Ryba po grecku

Tilapia z sosem salsa

Morszczuk zapiekany z pomidorami i

Ryba panierowana ze szpinakiem

Kotlet mielony z ryby z jajkiem i warzywami



Vegan

Leczo po węgiersku (vegan)

Paella z warzywami (vegan)

Fasola z ryżem w sosie pomidorowym z czosnkiem, imbirem i cynamonem(veg)

Cukinia faszerowana

Batat z brukselką na ostro (vegan)



Vegetarian

tort z tortilli z warzywami

Gnocchi w sosie pomidorowym

Frittata ze szpinakiem (veg)

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

Kotleciki ziemniaczane

Stodko

Placuszki na kefirze z owocami

Naleśniki z serem i truskawkami

Naleśniki z jabłkami

Naleśniki z serkiem waniliowym i żurawiną

Naleśniki z nutellą i bananem

Warzywa

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Mieszanka warzyw z bułką tartą

Marchewka z groszkiem i dynią

Kapusta biała zasmażana z pomidorami

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior zapiekany z serem

Buraczki na ciepło

Brukselka

Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z

Fasolka szparagowa mix

Młoda kapusta z koperkiem na ciepło

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ze szpinakiem

Pierogi z pieczarkami i ziemniakami

Pierogi z bójnickie zasmażane

Pierogi ruskie

Dodatki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ryż

Ryż żółty z warzywami

Ryż z pesto pietruszkowym

Soczewica z papryką

Ryż

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Ziemniaki pieczone

Kasza pęczak

Kasza bulgur po turecku

Kasza jęczmienna

Kasza pęczak

Kasza jaglana

Surówki

Surówka z białej kapusty i marchewki

Surówka z białej kapusty, prażonych orzechów arachidowych i marchwii

Surówka z białej kapusty, kukurydzy, pora i natki pietruszki

Surówka z białej kapusty, papryki konserwowej, marchwii i ogórka

Surówka z białej kapusty z marchewką i kalarepą

Surówka z pora i marchewki z jabłkiem w smietanie

Mizeria ze śmietaną

Salata lodowa, rukola, arbuż, mięta

Surówka z buraczków czerwonych z jogurtem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Ogórek małosolny z pomidorem

Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną

Ogórek kiszony

Surówka z marchewki i ananasa

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z marchewki i pomarańczy

Surówka z marchewki z rodzynkami

Surówka z rzodkwi białej z kukurydzą

Surówka z selera na ostro

Salata mix z kolorową papryką

Salatki

Salatka z tuńczykiem

Soczysta salatka z melonem ,mozarellą i pomidorkami cherry

Salatka ze szpinakiem, zielonym groszkiem i serem typu feta

Salatka z pomidora i kalafiora

Salatka włoska, pomidory, listki bazylii, seler naciowy, listki mięty

Salatka jogurtowa z gotowanym kurczakiem

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka owocowa

Salatka z ryżem, brzoskwiniami i

Salatka szefa z kurczakiem i grzankami

Salatka z kuskusem pomidorami malinowymi i mięta

Salatka z pomidora i kalafiora

Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami

Salatka diabelska na ostro