


	Poniedziałek 14-10-2019	Wtorek 15-10-2019	Środa 16-10-2019	Czwartek 17-10-2019	Piątek 18-10-2019
Zupy	Meksykańska Zupa krem z pietruszki i selera (veg)	Węgierska zupa gulaszowa Zupa dahl z czerwonej soczewicy (veg)	Grochówka Zupa krem z dyni z mlekiem kokosowym (veg)	Zupa chłopska Kalafiorowa (veg)	Zupa rybna z liśćmi limonki Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)
Live Cooking	Grillowana pierś z kurczaka z meksykańską salsą i frytkami	Pikantne burgery hawajskie	Pad Thai z kurczakiem	Hamburger wołowy ze smażonym plastrzem bekonu i sosem remoulade	Grillowany filet z kurczaka podawany na spaghetti z jarmużowym pesto
Mięsa	Filet z kurczaka w sezamie Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym Kurczak w indyjskim sosie Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą Kurczak w sosie słodkim chilli	Stek drobiowy z pomidorami zapieczony serem Gulasz wieprzowy z piwem pszenicznym Roladki drobiowe z marchewką i sezamem Kotlet schabowy Kurczak po tajsku	Bakłażan faszerowany mięsem mielonym i warzywami Kurczak w pikantnej panierce Klopsiki wieprzowe po azjatycku Podudzie kurczaka zapiekane z pomidorem i salami Tajska wieprzowina z grzybami i papryką	Filet z kurczaka po hawajsku (w wiórkach kokosowych) Gulasz wołowy po meksykańsku Udka z kurczaka w sosie orzechowym Makaron penne carbonara Kurczak z brokułami, kolbami kukurydzy w sosie hoisin	Enchilada z kurczakiem i fasolą Rigatoni z mięsem mielonym Afrykańskie pieczone udka z kurczaka. Ziemniak faszerowany mięsem mielonym i warzywami, zapiekany serem Wątróbka drobiowa w sosie Teriyaki z boczniakiem
 Danie fit	Grillowana pierś z kurczaka z zieloną pastą bazyliową	Filet z kurczaka podawany z salsą z pomidorów i mango	Parowany filet z kurczaka z selerem naciowym marchewką i papryką	Indyk z burakiem i białym serem	Dietyczne kotleciki drobiowe ze szpinakiem gotowane na parze
Ryby	Dorsz w chrupiącej panierce na szpinaku Tilapia w cieście curry	Morszczuk panierowany z cebulką prażoną zapieczony serem Ryba zapiekana z pomidorem i czarną oliwką	Miruna panierowana ze słonecznikiem Ryba w cieście wasabi z pastą cytrynową i marynowanym imbirem	Dorsz grillowany z salsą Kotlet mielony z ryby z brokułami	Ryba w koperkowej panierce Pstrąg z grilla
 Vegan	Weganski falafel z grochu (vegan)	Jaglone klopsiki z suszonym pomidorem (vegan)	Batat z guacamole i prażoną cieciorką (vegan)	Pieczona dynia hokkaido (vegan)	Kotlety z komosy ryżowej ze szpinakiem (vegan)
 Vegetarian	Kotleciki z białej fasoli i warzyw korzennych(veg) Makaron sojowy z warzywami (veg) Żółte curry z tofu , mango i świeżym szpinakiem (veg) Naleśnik z warzywami zapieczony żółtym serem (veg)	Kotleciki z selera, marchewki i płatków owsianych Ryz z ananasek i warzywami Warzywa po chińsku z tofu (veg) Zapiekanka z dynią (veg)	Makaron tagiatelle z dynią i grzybami (veg) Makaron ryżowy z warzywami (veg) Warzywa w tempurze (veg) Kotlet z kaszy jaglanej z burakami i suszonym pomidorem (veg)	Pizza z pomidorkami, mozzarellą i pesto bazyliowym Ryż po tajsku Sajgonki curry (veg) Lasagne ze szpinakiem (veg)	Fasolka po bretońsku (vegan) Makaron po chińsku (veg) Pierogi Gyoza z warzywami Placki z cukinią, marchewką, dyni i groszku
Warzywa	Jabłka pieczone z żurawiną Pieczarki w aromatycznym sosie Marchewka z groszkiem w kremowym sosie curry Kapusta czerwona z cebulką na ciepło Mieszanka warzyw na parze	Banan w cieście francuskim Szpinak Marchewka z groszkiem i dynią Buraczki na ciepło (veg) Fasolka szparagowa mix	Gofry z owocami Młoda kapusta zasmażana z boczkiem Buraki ze szpinakiem(veg) Pieczarki w śmietanie Kalafior z bułką tartą	Zapiekanka z kaszy jaglanej z owocami Szpinak w sosie curry Kapusta zasmażana Pieczarki w sosie sojowym Brukselka	Mini babeczki z bananem Buraczki zasmażane z chrzanem Kapusta zasmażana z pieczarkami Marchewka baby z dynią w sosie cytrusowym Bukiet warzyw
Pierogi	Pierogi ruskie Cepeliny z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi z kapustą	Pierogi ruskie Pierogi z mięsem	Pierogi ruskie Rybne pierogi	Pierogi ruskie Pierogi po meksykańsku z mięsem
Dodatki	Kopytka Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z rozmarynem Frytki Ryż z warzywami Kasza bulgur z zieloną soczewicą, marchewką i papryką Soczewica zielona z cukinią i porzem	Kopytka marchewkowe Ziemniaki z wody z masełkiem koperkowym Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z pieczarkami Kasa pęczak z groszkiem zielonym Kuskus z granatem i czarną fasolą i nutką bazylii	Kluski śląskie Ziemniaki z wody z cebulką pażoną Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż curry z warzywami Makaron Grandine z papryką i cukinią Kasza gryczana z soczewicą czerwoną i cebulką czerwoną	Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki puree Ziemniaki pieczone z warzywami Frytki Ryż tandoori Kasza bulgur po turecku Kasza jęczmienna	Kluski śląskie dyniowe Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z tymiankiem Frytki Ryż z jajkiem Soczewica z papryką Kasza gryczana z cebulką
Surówki	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z kapusty i kukurydzy i rzodkiewki Surówka z marchewki z żurawiną Surówka z kapusty pekińskiej, papryki czerwonej i kukurydzy Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z białej rzepy z rzodkiewką Surówka z kapusty kiszzonej Colesław z białej kapusty	Surówka z buraków po Koreańsku Surówka z kapusty pekińskiej i pomarańczy Surówka z pomidorów i ogórków Ogórek kiszony, papryka kolorowa i cebula Orientalna sałatka z imbirem marynowanym i ogórkiem Surówka z czerwonej kapusty Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami Surówka z młodej kapusty, pora, kukurydzy i natki pietruszki	Surówka z buraków i ogórków Surówka z czerwonej kapusty i rzodkiewki Surówka z marchewki po Koreańsku Surówka z białej kapusty, prażonych przechów arachidowych i marchwi Colesław z białej i czerwonej kapusty Surówka z białej rzepy z kukurydzą i pietruszką Pomidory z cebulką Surówka z porzem i kukurydzą	Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami Surówka z pora i jabłek Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem Surówka domowa z kiszzonej kapusty Surówka z czerwonej kapusty, cebuli i pomarańczy Mizeria ze śmietaną Surówka z kiszonych ogórków Surówka tajska z białej kapusty	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z młodej kapusty z papryką i ogórkiem Surówka z marchewki z rodzynekami Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą Surówka z pomidorów i ogórków Surówka z białej i włoskiej kapusty z marchwią i jabłkiem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Colesław z młodej kapusty
Salatki	Salatka cesar (jajko, grzanki) Salatka z serem typu feta Salatka owocowa	Salatka kalafiorowa Salatka z kurczakiem, pomarańczą i selerem naciowym Salatka owocowa	Salata sezonowa , pomidor , sos vinegret Salatka z gruszką, serem żółtym i orzechami włoskimi Salatka owocowa	Salatka wegetariańska Salatka z burakiem (rukola, burak, ogórek, cebula czerwona, zielone winogrona) Salatka owocowa	Salatka z paluszkami krabowymi Salatka z rozponka, sałata lodowa, gruszka, melon, szczypiorek Salatka owocowa