

	poniedziałek 02-03-2020	wtorek 03-03-2020	środa 04-03-2020	czwartek 05-03-2020	piątek 06-03-2020
<b>Zupy</b>	Zupa porowa serowa z mięsem Zupa grzybowa z łazankami	Zupa krem porowo ziemniaczana Grochówka (veg)	Zupa cygańska z kielbasą Zupa kukurydziana z nachos(veg)	Zupa szczawiowa na zeberkach Krem z buraka, mleczka kokosowego i imbiru (veg)	Zupa rybna z pomidorami Krem z pieczarek
<b>Mięsa</b>	Schab w panierce ziołowej z pieczarkami i pietruszką Aromatyczny kurczak z ciecierzycą i salami Skrzydła słodka kwaśne Makaron z kurczakiem, pieczarkami z kremowym sosem i ziołami. Pizza z boczkem, kielbasą i cebulą Grill	Stripsy z kurczaka Potrawka z kurczaka z warzywami Gulasz z szynki wieprzowej po myśliwsku z ogórkiem i kielbasą Makaron z szynką i pieczarkami Pizza z szynką i zielonym groszkiem Grill	Medaliony wieprzowe duszone w porach Fajitas z kurczakiem w tortilli Chrupiące udko z kurczaka z kolendrą i limonką Wątróbka drobiowa z cebulą Pizza z salami czerwoną fasolą i kukurydzą Grill	Filet z kurczaka panierowany z siemieniem lnianym Curry z kurczakiem, batatami, kolorową papryką i brokułem Wieprzowina z grzybami mun Frittata z makaronem spaghetti i boczkiem Pizza z szarpaną wieprzowiną, ogórkiem kiszonym i papryką Grill	Wieprzowina a la Stroganow Udło z kurczaka marynowane w miso i czosnku z warzywami Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym Makaron penne z indykiem i szpinakiem Pizza carbonara(boczek, cebula, czosnek, jajko) Grill
 <b>Danie fit</b>	Roladki drobiowe ze szpinakiem i papryką	Grillowane beztłuszczowo szaszłyki drobiowe po hawajsku	Grillowany filet z kurczaka z dynią i warzywami	Parowane roladki schabowe faszerowane musem paprykowo-chrzanowym	Parowany kurczak z warzywami i akcentem kuskusu chrzanowym
<b>Ryby</b>	Dorsz zapiekany z tapenadą z czarnych oliwek Tilapia panierowana z paprykowym creme fraiche	Dorsz panierowany z pestkami słonecznika Tilapia a la caprese	Dorsz zapiekany z caponatą Tilapia panierowana z suszonym pomidorem	Tilapia w panierce pesto Dorsz pieczony z warzywami korzennymi	Miruna z salsą Tilapia w tempurze
 <b>Vegan</b>	Kalafiorowe curry (veg)	Żółte curry z tofu, mango i świeżym szpinakiem ( veg)	Bataty faszerowane po meksykańsku z warzywami i guacamole	Placuszki warzywne z bobem, białą fasolą i kaszą kus-kus (veg)	Ratatouille
 <b>Vegetarian</b>	Kaszotto z pieczonymi warzywami, pieczarkami i pestkami dyni (veg) Ryż z jaskiem w sosie ostrygowym (veg) Smażone tofu w sosie z czarnej fasoli (veg) Kulki ziemniaczano-serowe z jalapeno w panco	Plastry cukini zapiekane z mozzarellą i pomidorem Makaron po chińsku (veg) Gulasz z soczewicy z pomidorami i pieczonymi warzywami Frittata z warzywami (veg)	Kukurydziane kotleciki z jalapeno Makaron ryżowy z warzywami (veg) Warzywa po chińsku z tofu (veg) Naleśniki szpinakowe z twarogiem	Curry z tofu i cieciorą (veg) Makaron sojowy z warzywami (veg) Aromatyczne thai curry z kalafiorom (veg) Gryczane kotlety z cukinią i marchewką	Quesadilla z warzywami (veg) Makaron po chińsku z warzywami na ostro Kotlety z kaszy gryczanej i szpinaku z dipem czosnkowym (veg) Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)
<b>Warzywa</b>	Jabłka pieczone z żurawiną Szpinak Pieczarki w sosie sojowym Mini marchewka karmelizowana z tymiankiem Brokuł i kalafior z słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Placuszki ryżowe z jabłkiem i bananem Szpinak Kapusta modra Pieczarki w śmietanie Bukiet warzyw Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z czosnkiem Brukselka	Placuszki serowe z rodzynkami i orzechami Szpinak Marchewka z groszkiem i dynią Pieczarki w sosie sojowym Mix warzyw ze słonecznikiem Fasolka żółta z bułką tartą Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Racuchy z jabłkiem Szpinak Buraczki na ciepło Kapusta zasmażana z pieczarkami Brokuł w beszamelowym sosie Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Placuszki biszkoptowe z bananem Szpinak Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i sezamem Warzywa po włosku (veg) Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem Kalafior z brokułem i prażoną dynią Marchewki mini z sezamem
<b>Pierogi</b>	Pierogi ruskie Pierogi z bobem, boczkiem i ziemniakami z masłem szalwiovym	Pierogi ruskie Pierogi po meksykańsku z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi ze szpinakiem	Pierogi ruskie Kartacze z mięsem	Pierogi ruskie pierogi z kaszy gryczanej i boczkiem
<b>Dodatki</b>	Kopytka Ziemniaki puree z cebulą Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami na ostro (veg) Kasza gryczana Kasza bulgur po turecku	Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki puree Ziemniaki pieczone z rozmarynem Frytki Ryż z pieczarkami Kasza kuskus z warzywami Kasza pęczak z groszkiem zielonym	Kluski śląskie w sosie grzybowym Ziemniaki z wody z masłem koperkowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż po meksykańsku Kasza gryczana z cebulą Makaron grandine z warzywami	Kopytka Ziemniaki puree z cebulą i boczkiem Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą Kasza kuskus z warzywami	Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż z pesto pietruszkowym Kasza bulgur po turecku Kasza jęczmienna
<b>Surówki</b>	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z białej kapusty z koperkiem Surówka z marchewki z jabłkiem Coleslaw z białej i czerwonej kapusty	Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami Coleslaw z białej kapusty z marchewką i kalarepą Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty kiszonej	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Coleslaw z białej kapusty Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szcypiorkiem	Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z białej kapusty i świeżej mięty Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem Surówka szwedzka	Orientalna surówka z marchwi i ogórka z sezamem Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Marchew z dynią i cynamonem Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą
	Surówka z ogórka kiszonego z cebulką Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z kapusty kiszonej	Surówka z marchewki z żurawiną Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną Surówka z pory i jabłka	Surówka węgierska z białej kapusty Surówka z kapusty pekińskiej z mini kolbami kukurydzy Surówka z selera	Surówka z ogórka kiszonego z cebulką Brokuł z kalafiorom i ogórkiem Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem	Surówka z ogórka kiszonego z cebulką Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
<b>Salatki</b>	Salatka z grillowanym kurczakiem teriyaki Rukola, pomidorek koktajlowy, mozzarella Salatka owocowa	Salatka cesar (jajko, grzanki) Salatka z jarmużem Salatka owocowa	Salatka grecka Salatka marokańska z kuskusem Salatka owocowa	Salatka caprese Salatka z grillowanym kurczakiem teriyaki Salatka owocowa	Salatka z serem wędzonym i szpinakiem Salatka z zielonej fasoli i orzechami Salatka owocowa