

## MENU 11 tydzień nasze menu na [www.meet-and-eat.pl](http://www.meet-and-eat.pl)

Poniedziałek 09-03-2020

Wtorek 10-03-2020

Środa 11-03-2020

Czwartek 12-03-2020

Piątek 13-03-2020

### Zupy

Zupa pieczarkowa  
Krem marchewkowy

Grochówka  
Krem z buraka

Minestrone  
Neapolitańska

Grzybowa  
Krem z kalafiora

Szczawiowa z jajkiem  
Krem cukiniowo porowy

### Mięsa

Kurczak w sosie gorgonzola  
Zraz wieprzowy w sosie pieczeniowym  
Schab panierowany zapiekany z pieczarką i serem  
Gyros drobiowy  
Wieprzowina z warzywami w sosie Hoisin

Schab panierowany zapiekany z pieczarkami  
Kurczak w sosie koperkowym  
Krokiety z mięsem wieprzowym  
Gyros drobiowy  
Kurczak mango

Makaron carbonara  
Tagliolini z owocami morza i parmezanem  
Lasagne bolognese  
Pulpeciki drobiowe zapiekane z mozzarellą w  
Kurczak teriyaki

Świeżonka  
Karkówka pieczona  
Kotlet pożarski (drobiowy)  
Gyros drobiowy  
Tofu z warzywami

Devolay  
Fasolka po bretońsku  
Połędwiczy w sosie serowym  
Gyros drobiowy  
Kurczak kong bao

### Danie na rozgrzanie

Kurczak ala caprese

Wołowina w winie

Kurczak faszerowany suszonymi pomidorami i serem feta

Karkówka z warzywami ratatoile

Udko pieczone z warzywami

### Ryba

Okoń po parysku

Okoń panierowany z słończnikiem

Tilapia ala bruschetta

Tuńczyk w sosie

Dorsz panierowany w chrupiącej panierce



### Vegan

Leczo warzywne

Falafel

Grilowane warzywa

Aloo gobi

Pieczone warzywa



### Vegetarian

Frittata z warzywami (veg)

Ziemniak faszerowany

Focaccia z ziemniakami trufłowymi

Ser panierowany

Kotlet ziemniaczany

### Śladko

Racuchy

Naleśniki

Racuchy

Naleśniki

Racuchy

### Warzywa

Szpinak  
Pieczarki w śmietanie  
Buraczki na ciepło

Szpinak  
Marchew z groszkiem  
Kapusta zasmażana z boczkiem

Szpinak  
Pieczarki w śmietanie  
Kapusta czerwona z cebulką na ciepło

Szpinak  
Kapusta biała zasmażana z boczkiem  
Zielona soczewica z marchewką z

Szpinak  
Pieczarki w sosie sojowym  
Buraczki na ciepło

### Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ze szpinakiem

Pierogi z pieczarkami i ziemniakami

Pierogi zbójnickie zasmażane

Pierogi z kapustą

### Dodatki

Frytki  
Ziemniaki z wody  
Ryż  
Ziemniaki pieczone

Placki ziemniaczane  
Ziemniaki z wody  
Ryż z warzywami na ostro (veg)  
Ziemniaki pieczone

Frytki  
Ziemniaki z wody  
Ryż z pieczarkami  
Ziemniaki pieczone

Placki ziemniaczane  
Ziemniaki z wody  
Ryż żółty z kukurydzą, marchewką i  
Ziemniaki pieczone

Frytki  
Ziemniaki z wody z masłem koperkowym  
Ryż z jajkiem  
Ziemniaki z wody

Kasza pęczak

Kasza jęczmienna

Kasza gryczana z cebulą

Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Kasza bulgur po turecku

### Surówki

Buraczki  
Surówka z białej kapusty  
Surówka z czerwonej kapusty  
Surówka z kiszonych ogórków

Buraczki  
Surówka z białej kapusty  
Marchewka z ananase  
Surówka z kapusty kiszonej

Buraczki  
Surówka z białej kapusty  
Surówka z czerwonej kapusty  
Surówka z kiszonych ogórków

Buraczki  
Surówka z białej kapusty  
Marchewka z jabłkiem  
Surówka z kapusty kiszonej

Buraczki  
Surówka z białej kapusty  
Surówka z czerwonej kapusty  
Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem

### Salatki

Salatka szpinak, rukola, gruska, czarny sezam  
Salatka cytrusowa z krewatkami i awokado  
Salatka z szynką i selerem

Salatka cesar z brokułem  
Salatka ze szpinakiem, zielonym groszkiem i  
Salatka z ryżem, brzoskwiniami i rodzynkami

Salatka meksykańska  
Salatka mix  
Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami

Salatka z kurczakiem, mandarynką, winogronem i czerwoną cebulą  
Soczysta салатка z melonem, mozzarellą i  
Salatka z pieczoną cukinią, serem typu feta, pomidorem i czerwoną cebulą

Salatka hawajska (kurczak, ananas)  
Salatka makaronowa  
Salatka ze smażoną wieprzowiną, granatem i awokado