

MEET & EAT.

MARYNARSKA BUSINESS PARK

MENU 38 tydzień

*** nasze menu na www.meet-and-eat.pl ***

Poniedziałek 14-09-2020

Wtorek 15-09-2020

Środa 16-09-2020

Czwartek 17-09-2020

Piątek 18-09-2020

Zupy	Mięsna	Ogórkowa	Krupnik gryczany na wędzonce	Pomidorowa z makaronem	Żurek Wiejski	Tajska zupa z trawą cytrynową, warzywami i makaronem ryżowym
Wegetariańska		Koperkowa z ryżem	Grzybowa	Zupa z dyni z mleczkiem kokosowym	Harira - zupa marokańska	Krem z marchewki z pomarańczą i imbirem
Mięsa		Kurczak panierowany w płatkach miodalowych Gulasz wieprzowy po wiedejsku (z cukinią, papryką i pieczarkami)	Karkówka pieczona w sosie pieczeniowym Filet z kurczaka po parysku	Filet drobiowy panierowany z sezamem Wątrobka drobiowa z cebulą i jabłkiem z nutą majeranku	Makaron carbonara Eskalopki wieprzowe w papryce	Quesadilla z kurczakiem, szpinakiem i pieczarkami Świeżonka wieprzowa z cebulą
		Pieczona udka z kurczaka w sosie sojowo-imbrowym	Skrzydła glazurowane BBQ	Kotlet mielony z pieczarkami i żółtym serem	Chili con carne z gorzką czekoladą i świeżą kolendrą	Makaron penne z lososiem w sosie kaparowym z suszonymi pomidorami
		Wieprzowina w sosie grzybowym Mix mięs grillowanych	Frykadki wieprzowe z żółtym serem Kurczak Kung Bao	Udka po hiszpańsku z papryką i oliwkami Mix mięs grillowanych	Zeberka w glazurze Połędwiczki drobiowe w sosie słodko-kwaśnym	Gołąbki w sosie pomidorowym Mix mięs grillowanych
Ryby		Tilapia na parze z warzywami zapieczona serem Dorsz bałtycki w chrupiącej panierce	Pulpety rybne w sosie koperkowym Mintaj panierowany z cebulką prażoną zapieczony serem	Karmazyn parowany z kolorową papryką Tilapia w cieście curry	Ryba z grillowanymi warzywami Okoń nilowy z sosem cytrynowym	Ryba zapiekana w porach Filet z mintaja w ziołowej panierce
 Danie wegetariańskie		Kalafor panirowany	Orientalne naleśniki z warzywami	Cielierzycza w sosie curry z cukinią i papryką	Ser Panierowany z żurawiną	Krążki cebulowe z majonezem wasabi
 Danie wegańskie		Kaszotto z suszonymi pomidorami, grzybami i natką pietruszki	Ratatouille	Ziemniaki farszerowane	Dyniowe risotto z szalwią i cynamonem	Kotlety warzywne ze słonecznikiem
Warzywa		Szpinak Kapusta zasmażana Pieczarki w śmietanie Brokuły ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Brukselka	Szpinak Marchewka mini z sezamem Buraczki na ciepło Bukiet warzyw Fasolka szparagowa mix Kalafor z bułką tartą	Szpinak Marchew z groszkiem Kapusta modra Brokuły ze słonecznikiem Fasolka żółta z bułką tartą Kalafor z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Szpinak Glazurowana marchewka Kapusta zasmażana z pieczarkami Brukselka Fasolka szparagowa mix Mieszanka warzyw na parze	Szpinak Marchewka z groszkiem i dynią Brukselka z pieczarkami Brokuły ze słonecznikiem Fasolka szparagowa mix Marchewka mini z sezamem
Pierogi		Pierogi ruskie Pierogi po meksykańsku z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi z serem typu feta i dynią	Pierogi ruskie Pierogi z serem (na stokko)	Pierogi ruskie Pierogi z grzybami i mozzarellą	Pierogi ruskie Pierogi z wątrobką i kaszą gryczaną
Dodatki		Kopytka Ziemniaki z wody Frytki Ryż żółty Kasza gryczana Kasza kuskus z warzywami	Kluski śląskie Ziemniaki puree Frytki Ryż z pesto pietruszkowym Kasza pęczak z groszkiem zielonym Kasza bulgur po turecku	Kopytka dyniowe z masłem szalwiowym Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż dziki Kasza gryczana z cebulą Soczewica z papryką	Kopytka ze szpinakiem Ziemniaki puree Frytki Ryż z warzywami Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką Kasza kuskus z warzywami	Kluski śląskie Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą Soczewica zielona z pomidorami i cebulą
Surówki		Mizeria ze śmietaną Surówka z młodej kapusty z rzodkiewką Surówka z marchewki i pomarańczy Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Letnia sałatka z malinami i serem typu feta Sałatka ze śmietaną	Surówka z buraka ze słonecznikiem Coleslaw z białej kapusty z chrzanem Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty kiszonej Surówka z rzodkiewką Pomidory z cebulką	Salata masłowa , rzodkiewka , ogórek Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka Pomidory w śmietanie Surówka z kapusty pekińskiej z jarmużem, zielonym ogórkiem i szczypiorkiem Surówka z kiszonych ogórków Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem	Surówka z buraka ze słonecznikiem Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie Surówka z marchewki i rodzynek z nutą pomarańczy Surówka grecka Mizeria ze śmietaną Sałatka ze śmietaną	Pomidory w śmietanie Surówka z młodej kapusty z marchewką i cukinią Surówka z marchewki i jabłka Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Sałatka z rukolą i dynią Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem