

MENU 2 tydzień nasze menu na www.meet-and-eat.pl

poniedziałek 11-01-2021

wtorek 12-01-2021

środa 13-01-2021

czwartek 14-01-2021

piątek 15-01-2021

Zupy

Zupa rybna

Ziemniaczana z porem

Kapuśniak

Zupa Kalafiorowa

Barszcz biały z kiebasą i ziemniakami

Krupnik wegański

Zupa z dyni z mleczkiem kokosowym

Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem

Zupa kukurydziana

Krem z marchewki z pomarańczą i imbirem



Danie Fit

Polędwiczki w sosie pieczarkowo tymiankowym

Wołowina po burgundzku

Pieczeń wieprzowa w sosie myśliwskim

Filet z kurczaka z duszonym porem

Duszona wieprzowina w sosie curry

Mięsa i ryby

Paki z kurczaka w chrupiącej panierce

Sznicel z karczku w aromacie jałowca

Filet z kurczaka w panierce orzechowej

Kotlet schabowy

Skrzydółka panierowane na ostro

Penne Carbonara

Quiche lorraine

Orientalna wieprzowina na ostro z nuta cytrusów

Podudzie z warzywami w sosie teriyaki

Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą

Ryba panierowana ze słonecznikiem

Dorsz w cytrynowej panierce

Ryba panierowana w migdałach

Dorsz panierowany

Mintaj panierowany ze szpinakiem



Danie wegańskie

Duszona cukinia z warzywami w sosie pomidorowym

Indyjskie Muttar tofu

Tofu z sosie curry ze szpinakiem

Warzywa grillowane

Leczo po węgiersku



Wegetariańskie i warzywa

Tortilla z warzywami

Ser panierowany z czarnym sezamem

Mini "tarte tatin" z pieczonymi buraczkami

Kotlet ziemniaczany z warzywami

Domowa pizza z warzywami

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Marchew z groszkiem

Marchewka karmelizowana z sezamem

Kapusta zasmażana

Buraczki zasmażane

Marchewka z groszkiem i kukurydzą

Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem

Mix warzyw ze słonecznikiem

Fasola orientala z sezamem

Kalafior z bułką tartą

Mieszanka warzyw z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Dodatki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ryż z warzywami na ostro

Ryż żółty

Kasza gryczana

Kuskus Curry

Kasza bulgur po turecku

Surówki

Surówka z białej kapusty i marchewki

Surówka z buraków czerwonych cebulką

Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami

Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką

Surówka z ogórka kiszzonego z cebulką

Surówka z fasoli szparagowej

Surówka z białej kapusty, kiszonych ogórków i jabłka

Surówka z kapusty i kukurydzy

Surówka z czerwonej kapusty

Surówka coleslaw

Surówka z marchewki i brzoskwini

Surówka z kapusty kiszzonej

Surówka z białej rzepy z jabłkiem

Salatki

Salatka grecka

Salatka z jajkiem, serem żółtym i groszkiem

Salatka z kurczakiem

Salatka z brokułów i czerwonej fasoli

Salatka z pora, szynki i selera

Rukola, pomidorek koktajlowy, mozzarella

Jesienna салатка z jarmużem, kurczakiem, żurawiną i prażonymi pestkami słonecznika

Salatka z jajkiem, serem żółtym i groszkiem

Salatka hawajska (kurczak, ananas)

Salatka z brokułami i serem feta