

**poniedziałek 11-10-2021**

**wtorek 12-10-2021**

**środa 13-10-2021**

**czwartek 14-10-2021**

**piątek 15-10-2021**

	poniedziałek 11-10-2021	wtorek 12-10-2021	środa 13-10-2021	czwartek 14-10-2021	piątek 15-10-2021
<b>Zupy</b>	Gulaszowa z fasolą Kapuśniak z włoskiej kapusty z papryką (veg)	Grochówka Zupa z dyni (veg)	Żurek Śląski Zupa cebulowa (veg)	Kwaśnica na żeberkach Krem z pieczarek (veg)	Rosół z makaronem Szczawiowa z jajkiem (veg)
<b>Mięsa</b>	Kawałki karkówki z cebulą i pieczarkami zapieczone w śmietanie Filet z kurczaka w cieście pietruszkowym Curry z kurczakiem i dynią Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym Kaczka po polsku duszona w jabłkach Żeberka w sosie singapurskim BBQ Grill	Poładwiczki w sosie indyjskim (mleczko kokosowe, pomidory, garam masala) Filet z kurczaka panierowany z pomidorem i serem Roladki ze schabu z suszonymi pomidorami Cukinia faszerowana mięsem mielonym Poładwiczki wieprzowe w sosie grzybowym z tymiankiem Wieprzowina z grzybami mun Grill	Pieczeń wieprzowa w sosie z suszonych sliwek Schab w panco z płatkami chilli Lasagne z mięsem i warzywami Potrawka z kurczaka z porem i pieczarkami Filet z kurczaka w migdałach Kurczak w mleku kokosowym Grill	Kotlet schabowy z kurkami Kotlet drobiowy siekany z marchewką i cukinią Filet z kurczaka w sosie szpinakowym Gulasz wieprzowy po węgiersku Zapiekanka z bakłażanem i mięsem mielonym Orientalna wieprzowina z trawą cytrynową Grill	Złocista pierś kurczaka Zraz drobiowy w sosie kaparowym Bifki wieprzowe w sosie grzybowym Golonka wieprzowa w kiszzonej kapuście Kofta z mięsa wieprzowego z miętą Kurczak w sosie kolendrowym Grill
<b>Ryby</b>	Dorsz bałtycki w chrupiącej panierce Miruna w cieście w salsą warzywną	Dorsz zapiekany z pastą brokułowo serową Tilapia w cieście piwnym	Pulpety rybne w sosie pomidorowym Ryba z sosem majonezowym curry i chrupiącą dynią	Ryba saute z sosem tatarskim Fingersy rybne z sezamem	Ryba po węgiersku Dorsz z gremolată zapieczony serem
<b>Vegan</b>	Gnocchi w sosie szpinakowym (veg) Gryczane kotleciki z brokulem i rukolą (veg)	Aromatyczne thai curry z kalafiolem (veg) Caponata z selera	Gulasz z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg) Tofu z warzywami	Kotlet z batata i białej fasoli (veg) Warzywa grillowane z rozmarynem (veg)	Curry z dynią, soczewicą i dynią Warzywa grillowane (veg)
 <b>Vegetarian</b>	Leczo z cukini w pomidorach (veg) Kaszotto z kaszy bulgur z ciecierzycą, pieczarkami, suszonymi pomidorami, oliwkami i świeżą natką pietruszki (veg) Makaron po chińsku z warzywami na ostro	Warzywa grillowane z serem wędzonym (veg) Kotlet cukiniowo pieczarkowy z ryżem i sosem pomidorowym (veg) Ryż smażony z warzywami (veg)	Enchilada po meksykańsku z soczewicą i warzywami (veg) Kotlety warzywne z ziarnami Makaron po chińsku (veg)	Zapiekanka z cukini i bakłażanana z oliwkami i serem mozzarella Chilli sin carne Ryż z jajkiem w sosie ostrym (veg)	Burito z wegetariańskim chili (veg) Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg) Makaron orientalny z warzywami (veg)
<b>Warzywa</b>	Szpinak Marchew z groszkiem Pieczarki w sosie sojowym Kalafor z bulką tartą Kapusta młoda zasmażana Fasolka żółta z bulką tartą Mieszanka warzyw na parze	Szpinak Marchewka karmelizowana z sezamem Kapusta z boczkiem i pomidorami Brukselka Buraćki na ciepło Fasolka żółta z bulką tartą Brokuł z kalafiolem i kukurydzą	Szpinak Fasolka w pomidorach Pieczarki w sosie teryjaki Bukiet warzyw z bulką tartą i słonecznikiem Kalafor z brokulem i prażoną dynią Fasolka żółta z bulką tartą Marchewka z groszkiem w śmietanie	Szpinak Kapusta czerwona z cebulką zasmażana Buraćki na ciepło Brokuły ze słonecznikiem Marchew z groszkiem Fasolka żółta z bulką tartą Kalafor z bulką tartą	Szpinak Pieczarki capucino Modra kapusta Brokuł i kalafor z słonecznikiem Kapusta młoda zasmażana Fasolka żółta z bulką tartą Bukiet warzyw
<b>Pierogi</b>	Pierogi ruskie Pierogi z kapustą i pieczarkami	Pierogi ruskie Pierogi z bóbinkami zasmażane	Pierogi ruskie Pierogi z kaszą bulgur, cukinią i fetą	Pierogi ruskie Pierogi z serem i malinami	Pierogi ruskie Pysz z mięsem
<b>Dodatki</b>	Kopytka Ziemniaki z wody Kasza bulgur po turecku Ryż z pesto pietruszkowym Frytki ziemniaki pieczone	Kluski śląskie Ziemniaki puree Kasza kuskus z warzywami Ryż Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą ziemniaki pieczone	Kopytka szpinakowe Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym Kasza z leśnymi grzybami (veg) Ryż z warzywami na ostro (veg) Frytki ziemniaki pieczone	Kluski śląskie Ziemniaki puree z cebulą Kasza gryczana Ryż Kasza kuskus z warzywami ziemniaki pieczone	Kopytka Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym Kasza jęczmienna Ryż żółty Frytki ziemniaki pieczone
	Salatka szwedzka Surówka z marchwki i brzoskwini Surówka z młodej kapusty z marchewką i kalarepką Surówka z kapusty kiszzonej Surówka z kalafiora i brokuła Salatka grecka Salatka z tuńczykiem	Mizeria ze śmietaną Surówka z młodej kapusty z rzodkiewką Surówka z marchewki i jabłka Surówka z buraków czerwonych z cebulą Ogórek kiszony Salatka grecka Salatka hawajska (kurczak, ananas)	Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka Surówka z pora i groszku Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, porem i rodzynkami Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą Salatka szwedzka Salatka grecka Salata masłowa ,rzodkiewka , ogórek	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki z jabłkiem Salatka a'la coleslaw z czerwonej kapusty Salatka z ogórka kiszzonego Salatka grecka Salatka rodos	Surówka z marchewki z żurawiną Surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem, koperkiem i cebulą Surówka z młodej kapusty, pora, kukurydzy i natki pietruszki Mizeria ze śmietaną Surówka z pora i groszku Salatka grecka Salatka z tuńczykiem