


poniedziałek 18-10-2021

wtorek 19-10-2021

środa 20-10-2021

czwartek 21-10-2021

piątek 22-10-2021

	poniedziałek 18-10-2021	wtorek 19-10-2021	środa 20-10-2021	czwartek 21-10-2021	piątek 22-10-2021
Zupy	Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)	Tajska zupa tom kha kai z kurczakiem Grzybowa (veg)	Zupa cygańska z kielbasą Krem z marchewki z pomarańczą i imbirem (veg)	Rosół z makaronem Zupa z dyni (veg)	Pieczarkowa Gazpacho z aromatycznych warzyw (veg)
Mięsa	Filet z kurczaka po parysku Kurczak w sosie śmietanowo-serowym z serem i pieczarkami Fajitas z kurczakiem w tortilli Wieprzowina a'la Stroganow Makaron fusilli z szynką i groszkiem w sosie śmietanowym Orientalna wieprzowina na ostro z nuta cytrusów Grill	Filet drobiowy chimichurri z grilla Chrupiące udko z kurczaka z kolendrą i limonką Kotlet mielony po chłopsku w sosie grzybowym Chilli con carne Schab w panierce ze słonecznikiem Kurczak z ananasem i kolbami kukurydzy Grill	Filet z kurczaka zapiekany salami i brokułami Pulpety w sosie kurkowym Drobiowy gulasz z warzywami korzennymi w sosie pomidorowo-zielonym Filet z kurczaka w panierce pietruszkowej Pieczeń wieprzowa w sosie myśliwskim Azjatycki smażony ryż z woka z kawałkami aromatycznej wieprzowiny, warzywami i jajkiem Grill	Filet z kurczaka faszerowany szpinakiem na sosie pomidorowym zapieczony serem Cygański kociołek z kielbasą Fingersy z kurczaka w kukurydzianej panierce Bitki wieprzowe w sosie grzybowym Kurczak Kung Bao Żeberka wieprzowe w singapurskim sosie BBQ Grill	Filet drobiowy devolay Karczek pieczony w sosie chrzanowym Eskalopki z indyka po hiszpańsku Tureckie kofty drobiowe z marchewką w sosie pomidorowo-śmietanowym Tajska wieprzowina z grzybami i papryką Makaron Penne z kurczakiem, sosem gorgonzola i suszonymi pomidorami Grill
Ryby	Flądra z rusztu Mintaj panierowany z cebulką prażoną zapieczony serem	Dorsz bałtycki w sosie cytrynowo maślanym Miruna w tempurze	Miruna w panku Tilapia po parysku a'la bruschetta	Tilapia zapiekana z dynią, suszonymi pomidorami i ziołami Dorsz bałtycki w chrupiącej panierce	Tilapia panierowana z pestkami dyni Mintaj w chrupiącej panierce
Vegan	Pieczona dynia, bataty z brukselką i chilli (veg) Warzywa grillowane (veg)	Leczo po węgiersku (veg) Warzywa grillowane (veg)	Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg) Warzywa grillowane (veg)	Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg) Warzywa grillowane z rozmarynem (veg)	Chilli sin carne Warzywa grillowane (veg)
 Vegetarian	Fasolka po bretońsku (veg) Tort z tortilli z warzywami (veg) Makaron po chińsku (veg)	Bigos z boczniakami Kotlet z batatów i cieciorki (veg) Ryż smażony Tom Yum (veg)	Kaszotto z kaszy gryczanej z kurkami Gryczane kotleciki z warzywami (veg) Pad thai z wędzonym tofu (veg)	Pęczotto z dynią, jarmużem i selerem naciowym Falafel z jarmużem i jalapenio Ryż smażony na woku (veg)	Kotlet jajeczny z ziemniakami i szczypiorkiem zapieczony serem (veg) Kalafiorowe curry (veg) Makaron orientalny z warzywami (veg)
Warzywa	Szpinak Marchew z groszkiem Pieczarki w sosie sojowym Kalafior z bułką tartą Kapusta młoda zasmażana Fasolka żółta z bułką tartą Mieszanka warzyw na parze	Szpinak Pieczarki capucino Kapusta z boczkiem i pomidorami Brukselka Buraczki na ciepło Fasolka żółta z bułką tartą Brokuł z kalafiosem i kukurydzą	Szpinak Fasolka w pomidorach Pieczarki w sosie teryjaki Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem Glazurowana marchewka Fasolka żółta z bułką tartą Marchewka z groszkiem w śmietanie	Szpinak Kapusta czerwona z cebulką zasmażana Buraczki na ciepło Brokuly ze słonecznikiem Marchew z groszkiem Fasolka żółta z bułką tartą Kalafior z bułką tartą	Szpinak Pieczarki capucino Modra kapusta Brokuł i kalafior z słonecznikiem Kapusta młoda zasmażana Fasolka żółta z bułką tartą Bukiet warzyw
Pierogi	Pierogi ruskie Pierogi z ziemniakami i pieczarkami	Pierogi ruskie Pierogi z pieczoną dynią, serem typu feta i tymiankiem	Pierogi ruskie Pielmieni z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi z serem i jagodami	Pierogi ruskie Pierogi po meksykańsku z mięsem
Dodatki	Kopytka Ziemniaki z wody Kasza bulgur po turecku Ryż Frytki Kasza pęczak z groszkiem zielonym	Kluski śląskie Ziemniaki puree Kasza kuskus z warzywami Ryż z marchewką i groszkiem Frytki Kasza gryczana	Kopytka szpinakowe Ziemniaki z wody z masłem koperkowym Kasza z leśnymi grzybami (veg) Ryż Frytki Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką	Kluski śląskie Ziemniaki puree z cebulą Kasza gryczana Ryż Frytki Kasza kuskus z warzywami	Kopytka Ziemniaki z wody z masłem koperkowym Kasza jęczmienna Ryż żółty Frytki Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką
	Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z marchewki i brzoskwini Surówka z młodej kapusty z marchewką i kalarepką Surówka z pora, kapusty pekińskiej, groszku zielonego i jajka Salatka z ogórka kiszzonego Pomidory w śmietanie Salatka mix (kukurydza,papryka,pomidor,ogórek) Salatka owocowa	Mizeria ze śmietaną Surówka z młodej kapusty z rzodkiewką Surówka z marchewki i jabłka Surówka z buraków czerwonych z cebulą Salatka szwedzka Pomidory z cebulką Salatka z cukinią grillowaną rukolą i pomidorkami cherry Salatka owocowa	Surówka z młodej kapusty, marchewki,koperku i jabłka Surówka z pora i groszku Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, serem i rodzynkami Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą Salatka z ogórka kiszzonego Pomidory w śmietanie Salatka z brokułami i pomidorem w sosie czosnkowym Salatka owocowa	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki z jabłkiem Salata ze śmietaną Salatka szwedzka Pomidory z cebulką Soczysta салатка z melonem ,mozzarellą i pomidorkami cherry Salatka owocowa	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 Pomidory w śmietanie Rukola, pomidorek koktajlowy, mozzarella Salatka owocowa