

poniedziałek 01-11-2021

wtorek 02-11-2021

środa 03-11-2021

czwartek 04-11-2021

piątek 05-11-2021

Zupy

Kapuśniak

Zupa krem pomidorowa z batatami(veg)

Flaczki

Zupa turecka z soczewicy i kaszy bulgur

Zupa krupnik na gęsinie

Kalafiorowa (veg)

Mięsa

Schab z sosem grzybowo śmietanowym

Zraz wieprzowy faszerowany cebulą i ogórkiem owinięty boczkiem

Filet z kurczaka w migdałach

Gyros drobiowy

Udka kurczaka pieczone z pieczarkami

Mix mięs grillowanych

Wieprzowina z grzybami mun

Karczek pieczony ze śliwką i boczkiem

Kotlet mielony z pieczarkami i żółtym serem

Filet z kurczaka po parysku

Gyros drobiowy

Makaron spaghetti z sosem bolońskim

Mix mięs grillowanych

Kurczak w sosie kolendrowym

Chili con carne z gorzką czekoladą i świeżą kolendrą

Gulasz wieprzowy po węgiersku

Filet z kurczaka w panierce panco

Gyros drobiowy

Makaron z kurczakiem, anchois i sosem maślano pomarańczowym

Gęś pieczona z jabłkami

Kurczak w mleku kokosowym

Ryby

Tilapia w panku

Ryba saute z dipem jalapeno

Dorsz panierowany

Dorsz na sosie Śmietanowo botwinkowym

Miruna panierowana

Ryba po grecku

Vegan

Gulasz z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)

Bakłażan faszerowany kaszą pęczak z pesto i warzywami

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Makaron orientalny z warzywami

Smażony ryż z warzywami (veg)

Makaron orientalny z warzywami

Cukinia panierowana (veg)

Caponata sycylijska

Kotlety warzywne ze słonecznikiem (veg)

Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką

Pęczak z suszonymi pomidorami, kaparami i kremowym serem gorgonzola

Bataty pieczone z rozmarynem (veg)

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane z ziołami

Brokuły w sosie serowym

Szpinak

Kalafior z bułką tartą

Marchew z groszkiem

Duet marchewkowy z sezamem

Fasolka żółta z bułką tartą

Kapusta z boczkiem i pomidorami

Szpinak

Buraczki na ciepło

Mieszanka warzyw na parze

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z bułką tartą

Fasolka w pomidorach

Szpinak

Brokuły w sosie curry

Kalafior z bułką tartą

Duet marchewkowy z sezamem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi babuni

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Frytki

Ryż

Kasza bulgur po turecku

Pierogi ruskie

Pierogi po zbojnicku

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż

Kasza gryczana

Pierogi ruskie

Pierogi ze szpinakiem

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Frytki

Ryż

Makaron grandine z warzywami

Surówki

Surówka z białej kapusty z marchewką i kalarepą

Pomidory w śmietanie

Surówka z marchewki z jabłkiem

Salata z rzodkiewką

Ogórki małosolne

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Orientalna surówka z białej kapusty i marchewki

Mizeria ze śmietaną

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z kalafiora i brokuła

Marchew z selerem

Surówka z białej kapusty

Pomidory w śmietanie

Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną

Salata ze śmietaną

Surówka z dyni z jabłkiem

Salatka z rzodkiewki

Salatki

Salatka cesar (jajko, grzanki)

Salatka grecka uczta (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser typu feta)

Salatka ze szpinakiem i serem typu feta

Salatka hawajska (kurczak, ananas)

Salatka caprese

Salatka z kurczakiem



Vegetarian