

poniedziałek 10-01-2022

wtorek 11-01-2022

środa 12-01-2022

czwartek 13-01-2022

piątek 14-01-2022

Zupy

Kapuśniak

Harira - zupa marokańska

Zupa chrzanowa z szynką i jajkiem

Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)

Zupa gulaszowa z kminkiem i wędzoną papryką

Zupa kalafiorowa

Grochówka wojskowa

Minestrone (veg)

Zupa rybna z pomidorami

Zupa szczawiowa ze szpinakiem (veg)

Mięsa

Filet z kurczaka w chrupiącej panierce
Ragout wieprzowe z pieprzem

Udka kurczaka w aromatycznej marynacie z jogurtem

Gyros drobiowy

Makaron carbonara

Wieprzowina słodko-kwaśna

Schabowy panierowany
Wołowina po burgundzku

Chili con carne z gorzką czekoladą i świeżą kolendrą

Gyros drobiowy

Golonka wieprzowa w kiszzonej kapuście

Udka z kurczaka w sosie singapurskim BBQ

Kotlet pożarski (drobiowy)
Karczek pieczony ze śliwką i boczkiem

Pałki z kurczaka w pieprzowej panierce

Gyros drobiowy

Wątróbka drobiowa z jabłkiem, gruszką i cebulą

Orientalna wieprzowina z trawą cytrynową

Moussaka z mięsem wieprzowym
Schab panierowany

Polędwiczki drobiowe w sosie szpinakowym

Gyros drobiowy

Gołąbki w sosie pomidorowym

Żeberka orientalne w anyżowej marynacie

Sztuka mięsa w sosie pieczeniowym
Tortilla z szarpaną wieprzowiną i chrupiącymi warzywami

Stripsy z kurczaka

Gyros drobiowy

Kurczak w indyjskim sosie

Wieprzowina z grzybami mun

Ryby

Dorsz panierowany

Ryba saute z sosem tatarskim

Tilapia panierowana

Ryba pieczona w sosie porowym z gruszką i serem pleśniowym

Kotlet mielony z ryby

Ryba z sosem majonezowym curry i chrupiącą dynią

Dorsz panierowany

Ryba zapiekana ze szpinakiem i serem

Tilapia w cieście z suszonymi pomidorami i ziołami

Ryba z salsą meksykańską

Vegan

Gulasz warzywny z ciecierzycą

Wegański pad thai z tofu

Pilaw z kaszy bulgur z pieczonymi warzywami

Kalafior pieczony z harrisą z miętą i granatem

Bakłażan faszerowany dynią i jarmużem (veg)

Makaron orientalny z warzywami

Makaron w sosie pieczarkowym z rukolą i parmezanem

Kotlety warzywne ze słonecznikiem (veg)

Tort z tortilli ze szpinakiem i żółtym serem

Smażony ryż z warzywami (veg)

Ser panierowany (veg)

Leczo z cukini w pomidorach (veg)

Falafel z grochu z sosem jogurtowym tahini

Makaron orientalny z warzywami

Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką (veg)

Caponata sycylijska

Japońskie placki warzywne - okonomiyaki z kapustą marchewką i selerem z sosem jogurtowym

Ryż z jajkiem w sosie ostrygowym (veg)

Placuszki serowe z rodzynkami

Curry z tofu i cieciorą (veg)

Panierowany kotlet ziemniaczany z zielonym groszkiem i chili

Makaron orientalny z warzywami

Kaszotto z suszonymi pomidorami, oliwkami i kaparami

Grilowane bataty z sosem chimichuri

Kotlet ziemniaczany ze szpinakiem i serem

Pieczarki w śmietanie

Szpinak

Kalafior z bułką tartą

Bukiet warzyw

Brukselka pieczona z marchewką

Fasolka żółta z bułką tartą

Kapusta biała zasmażana z boczkiem

Szpinak w mleku kokosowym z curry i ciecierzycą

Buraczki na ciepło

Mieszanka warzyw na parze

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z bułką tartą

Fasolka w pomidorach

Szpinak

Bukiet warzyw

Kalafior z bułką tartą

Duet marchewkowy z sezamem

Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka zielona z marchewką i sezamem

Szpinak w mleku kokosowym z curry i ciecierzycą

Bukiet warzyw

Kapusta z boczkiem i pomidorami

Brokuły w sosie serowym

Fasolka żółta z bułką tartą

Kalafior z sezamem

Szpinak

Kalafior z bułką tartą

Marchew z groszkiem

Duet marchewkowy z sezamem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi babuni

Pierogi ruskie

Pierogi z ziemniakami, smażoną cebulką i skwarkami

Pierogi ruskie

Pierogi ze szpinakiem

Pierogi ruskie

Pierogi po meksykańsku z mięsem

Pierogi ruskie

Pierogi po zbójnicku

Dodatki

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone

Frytki

Ryż

Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż

Kasza gryczana

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Frytki

Ryż

Makaron grandine z warzywami

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Frytki

Ryż

Kasza bulgur po turecku

Surówki

Surówka z białej kapusty z papryką

Surówka z czerwonej kapusty

Surówka z marchewki z jabłkiem

Salata z rzodkiewką

Ogórki piklowane w zalewie orientalnej

Pomidory w śmietanie

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

Orientalna surówka z białej kapusty i marchewki

Surówka z rzodkiewki, rzepy i ogórka

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z kalafiora i brokuła

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

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

Salatki

Salatka mix (kukurydza, papryka, pomidor, ogórek)

Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka ze szpinakiem i serem typu feta

Salatka hawajska (kurczak, ananas)

Salatka caprese

Salatka z kurczakiem

Salatka gyros

Salatka z serem typu feta

Salatka cesar (jajko, grzanki)

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



Vegetarian