

poniedziałek 24-01-2022

wtorek 25-01-2022

środa 26-01-2022

czwartek 27-01-2022

piątek 28-01-2022

**Zupy**

Zupa fasolowa na wędzące  
Zupa krem z czerwonej kapusty (veg)

Kremowa zupa francuska z kurczakiem i  
szczniarkiem  
Ogórkowa (veg)

Gulaszowa z fasolą  
Krem z batata z ricottą (veg)

Zupa pomidorowa z serkiem topionym  
Flaki z boczniaków

Pikantna zupa rybna a'la putanesca  
Krem z pieczonego buraka z wiśniami(veg)

**Mięsa**

Fajitas z kurczakiem w tortilli

Chrupiące udko z kurczaka z kolendrą i limonką

Gulasz wieprzowy z pieczarkami w sosie  
śmietanowym

Pałki z kurczaka w chrupiącej panierce

Shoarma drobiowa z cebulą i pieczarkami

Gulasz wieprzowy z cebulą i pieczarkami

Filet z kurczaka w sosie musztardowo miodowym

Filet z kurczaka faszerowany kielbasą chorizo w  
sosie pomidorowym z warzywami zapieczony serem

Kotlet schabowy z pieczarkami

Schab po sztygarsku w sosie pieczarkowym

Kotlet po szwajcarsku (schab, ser, szynka)

Fasolka po bretońsku

Golonka wieprzowa w kiszanej kapuście

Potrąka z kurczaka z pomidorami i bazylią w  
sosie śmietanowym

Filet z kurczaka w chrupiącej panierce z czosnkiem

Makaron farfale z szynką, groszkiem i szparagami  
w sosie śmietanowym

Kotlet mielony panierowany z karmelizowaną  
cebulką

Kąski z kurczaka w sezamie

Tortilla z szarpaną wieprzowiną i chrupiącymi  
warzywami

Zeberka w sosie singapurskim BBQ

Pieczeń rzymska w sosie chrzanowym

Makaron fusilli carbonara

Makaron w sosie z sera pleśniowego, porów i  
białego wina z kurczakiem

Makaron all'arrabiata (z wieprzowiną na ostro)

Penne z chorizo, pomidorami i rukolą

Szaszłyki azjatyckie z kurczakiem i ananasem

Ostre curry z kurczakiem i mango

Azjatycki smażony ryż z woka z kawałkami  
aromatycznej wieprzowiny, warzywami i jajkiem

Pad thai z kurczakiem

Wieprzowina orientalna w sosie teryaki

**Ryby**

Dorsz panierowany

Dorsz z gremolată zapieczony serem

Pulpety rybne w sosie koperkowym

Tilapia w panko

Mintaj w cieście z curry

Ryba zapiekana z pomidorami, selerem naciowym i  
marchewką

Tilapia z paprykowym fromage

Mintaj w chrupiącej panierce

Ryba po polsku z duszonymi warzywami i jajkiem

Dorsz panierowany z sezamem

**Vegan**

Kotlety ziemniaczane z pieczarkami (veg)

Gulasz warzywny z soczewicą

Aromatyczna potrąka z soczewicy i batatów (veg)

Fasolka po bretońsku (veg)

Indyjskie Muttar tofu (veg)

Frittata ze szpinakiem (veg)

Batat z brukselką na ostro (veg)

Krokiety z kapustą (veg)

Kotleciki z soczewicy (veg)

Gnocchi w sosie grzybowym z pomidorkiem i pietruszką  
(veg)

Ciecierzycza w sosie curry z cukinią i papryką(veg)

Gołąbek z kaszą gryczaną, soczewicą, i twarogiem  
w sosie grzybowym (veg)

Quasadillas

Chilli sin carne

Fasolka po bretońsku (veg)

Gryczane kaszotto z botwinka, zieloną soczewicą,  
burakiem, koperkiem i serem typu feta (veg.)

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Sycylijska caponata z bakłażanem, pomidorami,  
oliwkami i kaparami (veg)

Leczo cukiniowo paprykowe z fasolą (veg)

Lazanki z grzybami leśnymi i natką pietruszki (veg)



**Vegetarian**

**Warzywa**

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Kapusta modra zasmażana

Pieczarki w sosie teryaki

Marchewka z groszkiem i kukurydzą

Pieczarki w śmietanie

Duet marchewkowy w sosie pomarańczowym

Glazurowana marchewka

Kapusta z boczkiem i pomidorami

Pieczarki w sosie serowym

Buraczki na ciepło

Modra kapusta

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka szparagowa mix

Marchewka mini z sezamem

Brokuł i kalafior z słonecznikiem

Brukselka

Mieszanka warzyw na parze

Kalafior z bułką tartą

Fasolka szparagowa mix

Glazurowana marchewka

Bukiet warzyw

**Pierogi**

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi z bobem, boczkiem i ziemniakami z masłem  
szałwiowym

Pierogi po włosku z kielbasą salsicia, oliwkami i  
kaparami

Pierogi z burakami, kozim serem i orzechami  
włoskimi

Pierogi babuni

Pierogi z wątróbką i kaszą gryczaną

**Dodatki**

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki puree

Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym

Ziemniaki puree z cebulą

Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym

Frytki

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Frytki

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż

Ryż z marchewką i groszkiem

Ryż

Ryż

Ryż żółty

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Kasza gryczana z cebulą

Kasza bulgur

Kasza kuskus z warzywami

Kasza bulgur po turecku

Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem  
w majonezie

Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami

Surówka z kapusty i kukurydzy

Surówka z białej kapusty, czerwoną fasolą i  
pieczarkami

Surówka z kapusty pekińskiej

Surówka z kapusty pekińskiej, kalarepy, czerwonej  
cebuli i papryki

Surówka z pora i jabłek

Surówka z marchewki z brzoskwinia i jabłkiem

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem, porem i  
rodzynkami

Surówka z czerwonej kapusty

Surówka z buraków i ogórków

Ogórek kiszony

Marchewka z chrzanem

Salatka kapusty pekińskiej

Salatka z fasolki szparagowej

Surówka z marchewki z jabłkiem

Coleslaw z białej i czerwonej kapusty

Surówka szwedzka

Surówka z pora i groszku

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka koperkowa

Surówka z marchewki i ananasa

Coleslaw z czerwonej kapusty

Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną

Surówka z selera z rodzynekami

Salatka mix (kukurydza, papryka, pomidor, ogórek)

Salatka z roszonek, sałata lodowa, gruszka,  
melon, szczypiorek

Salatka z bobem, pomidorem, ogórkiem,  
oliwkami i prażonymi orzechami

Rukola, pomidorek koktajlowy, mozzarella

Salatka rodos