

# MEET & EAT.

Bistro and more

## MENU 19 tydzień

nasze menu na [www.meet-and-eat.pl](http://www.meet-and-eat.pl)

poniedziałek 09-05-2022

wtorek 10-05-2022

środa 11-05-2022

czwartek 12-05-2022

piątek 13-05-2022

### Zupy

Kapuśniak z młodej kapusty  
Krem z buraka, mleczka kokosowego i imbiru (veg)

Grochówka  
Piecarkowa (veg)

Krupnik  
Szczawiowa (veg)

Zupa gulaszowa z kminkiem i wędzoną papryką  
Zupa wiosenna ze szparagami (veg)

Wiosenna artoflanka z boczkiem, młodym porem i prażonym słonecznikiem  
Zupa z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)

### Mięsa

Filet z kurczaka w migdałach  
Kurczak Fricassee z pieczarkami, marchewką i tymiankiem  
Karkówka pieczona z sosem z zielonego pieprzu  
Gyros drobiowy  
Makaron carbonara z cukinią i szparagami  
Mix mięs grillowanych  
Kurczak kong bao

Kotlet schabowy po Szwajcarsku  
Gulasz z żółdków drobiowych w sosie śmietanowym chrzanowym  
Połędwiczki drobiowe w sosie z bazyliowym pesto  
Gyros drobiowy  
Makaron diavola z kurczakiem  
Mix mięs grillowanych  
Udka w sosie kolendrowym

Stripsy z kurczaka  
Tort z tortilli z wieprzowiną warzywami i serem cheddar  
Lasagne szpinakowa z łososem  
Gyros drobiowy  
Wątróbka z cebulą, botwinką i winogronem  
Mix mięs grillowanych  
Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrygowym

Schab panierowany  
Pieczony kurczak z boczkiem i pieczarkami  
Gulasz wieprzowy po myśliwsku  
Gyros drobiowy z warzywami i serem  
Filet z kurczaka faszerowany białym serem i szpinakiem w sosie ze szparagami  
Mix mięs grillowanych  
Kurczak w mleku kokosowym

Kotlet mielony panierowany  
Makaron w wołowym ragu z marchewką i bakłażanem  
Połędwiczki drobiowe w sosie z śmietanowym z salami i pesto z czosnku niedzwiedziego  
Gyros drobiowy  
Grilowany filet z kurczaka w truskawkowym sosie BBQ  
Mix mięs grillowanych  
Kurczak w sosie słodko kwaśnym

### Ryby

Miruna grilowana z salsa pomidorową  
Ryba saute z dipem jalapeno

Tilapia w cieście ziołowym  
Ryba zapiekana w porach

Miruna panierowana  
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Tilapia panierowana  
Ryba z dipem botwinkowym i jajkiem

Miruna w panku  
Ryba z sosem majonezowym curry i chrupiącą dynią

### Vegan

Gulasz warzywny z soczewicą

Ciecierzycza w sosie curry z cukinią i papryką

Batał z orzechami i chilli

Bakłażan faszerowany kaszą pęczak z pesto i warzywami

Kalafior pieczony z harrisą z mięętą i granatem

### Vegetarian

Makaron ryżowy z pok choi, marchewką, porem i jakiem  
Aromatyczne thai curry z kalaflorem (veg)  
Tort z tortilli ze szpinakiem  
Jabłka w cieście  
Zielone kotleciki z ziemniakami, bobem, szalwią i tymiankiem

Makaron udon z wędzonym tofu i warzywami w sosie teryaki  
Korzeń lotosu w sosie słodko kwaśnym (veg)  
Kotleciki kukurydziane z jalapeno (veg)  
Placuszki serowe z rodzynkami  
Kaszotto z kaszy bulgur ze szparagami, pomidorami, natką pietruszki i sosem maślanym (veg)

Ryż smażony tom yum  
Chana masala - ciecierzycza w pomidorach i przyprawach  
Krokietki z kapustą (veg)  
Banan w cieście z kardamonem i cynamonem  
Makaron z pesto z bobu z pomidorami i miętą (veg)

Orientalny makaron z sosem sojowym i warzywami (veg)  
Pieczone batały z sosem jogurtowym tahini, granatem i mięętą  
Gnocchi z pesto z czosnku niedzwiedziego, szparagami, pomidorkami cherry i parmezanem  
Racuchy z jabłkami  
Ser panierowany (veg)

Makaron ryżowy z pok choi, marchewką, porem i jakiem  
Smażone tofu w sosie z czarnej fasoli (veg)  
Pęczotto z suszonymi pomidorami, kaparami i kremowym serem gorgonzola  
Racuchy jogurtowe z sosem pomarańczowym  
tort z tortilli z warzywami

### Warzywa

Fasolka w pomidorach  
Kapusta z boczkiem i pomidorami  
Szpinak  
Glazurowana marchewka  
Brokuły w sosie curry  
Fasolka żółta z bułką tartą

Piecarki grilowane  
Szpinak  
Czerwona kapusta duszona z cydrem  
Piecarki cappuccino  
Brokuły ze słonecznikiem  
Fasolka żółta z bułką tartą

Buraczki na ciepło  
Szpinak  
Bukiet warzyw  
Marchew z groszkiem  
Kalafior z bułką tartą  
Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka w pomidorach  
Kapusta z boczkiem i pomidorami  
Szpinak w mleku kokosowym z ciecierzycą i curry  
Glazurowana marchewka  
Brokuły w sosie curry  
Fasolka żółta z bułką tartą

Piecarki grilowane  
Szpinak  
Czerwona kapusta duszona z cydrem  
Piecarki cappuccino  
Brokuły ze słonecznikiem  
Fasolka żółta z bułką tartą

### Pierogi

Pierogi z ziemniakami i twarogiem  
Pierogi babuni

Pierogi z ziemniakami i twarogiem  
Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta

Pierogi z ziemniakami i twarogiem  
Pyzy z mięsem

Pierogi z ziemniakami i twarogiem  
Knedle z truskawkami

Pierogi z ziemniakami i twarogiem  
Pierogi z bobem, boczkiem i ziemniakami z maśłem szalwiowym

### Dodatki

Kopytka ze szpinakiem  
Ziemniaki puree z cebulą  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Frytki  
Ryż z pesto pietruszkowym  
Placki ziemniaczane  
Kasza gryczana

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z rozmarynem  
Frytki  
Ryż  
Placki ziemniaczane  
Kasza bulgur po turecku

Kopytka  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Frytki  
Ryż  
Placki ziemniaczane  
Kasza pęczak w sosie pomidorowym z pietruszką

Kopytka ze szpinakiem  
Ziemniaki puree z cebulą  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Frytki  
Ryż z pesto pietruszkowym  
Placki ziemniaczane  
Kasza gryczana

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z rozmarynem  
Frytki  
Ryż  
Placki ziemniaczane  
Kasza bulgur po turecku

### Surówki

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  
Surówka z czerwonej kapusty  
Surówka z marchewki z jabłkiem  
Surówka z kapusty pekińskiej z porem  
Surówka domowa z kiszzonej kapusty  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą  
Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną  
Surówka z kapusty pekińskiej z porem  
Marchew z selerem  
Sałatka z rzodkiewki

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  
Surówka z czerwonej kapusty  
Surówka z marchewki z jabłkiem  
Surówka z kapusty pekińskiej z porem  
Surówka domowa z kiszzonej kapusty  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą

### Salatki

Salatka grecka  
Salatka z kurczakiem i avocado

Salatka ze szpinakiem i serem  
Salatka z grillowanym kurczakiem i papryką

Salatka z mozzarellą  
Salatka cesar (jajko, grzanki)

Salatka grecka  
Salatka z kurczakiem i avocado

Salatka ze szpinakiem i serem  
Salatka z grillowanym kurczakiem i papryką

### Na słodko

Naleśniki z nutellą i bananem  
Truskawki w śmietanie

Pancakes z bananem i sosem z białej czekolady i pomarańczy  
Truskawki w śmietanie

Gofry z owocami  
Truskawki w śmietanie

Naleśniki z nutellą i bananem  
Truskawki w śmietanie

Pancakes z bananem i sosem z białej czekolady i pomarańczy  
Truskawki w śmietanie

