

poniedziałek 20-06-2022

wtorek 21-06-2022

środa 22-06-2022

czwartek 23-06-2022

piątek 24-06-2022

Zupy

Grochówka

Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym

Piecarkowa (veg)

Kartoflanka z boczkiem, porem i prażonym słonecznikiem

Zupa z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)

Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami

Grzybowa (veg)

Zupa rybna

Zupa krem z dyni z mlekiem kokosowym, płatkami chilli (veg)

Mięsa

Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą

Polędwiczki w sosie pieczarkowo tymiankowym

Makaron penne z bekonem i zielonymi szparagami

Gyros drobiowy

Filet z kurczaka w panierce z siemieniem lnianym

Mix mięs grillowanych

Wieprzowina słodko-kwaśna

Kotlet schabowy w tymiankowej panierce

Gulasz wieprzowy po wiejsku (z cukinią, papryką i pieczarkami)

Udko kurczaka pieczone z pieczarkami

Gyros drobiowy

Karkówka pieczona z sosem z zielonego pieprzu

Mix mięs grillowanych

Kurczak w sosie tandori curry

Eskalopki z indyka po hiszpańsku

Cevapcici w ostrym sosie pomidorowym

Filet drobiowy panierowany

Gyros drobiowy

Enchilada meksykańska wieprzowa

Mix mięs grillowanych

Wiprzowina w sosie hoi sin z warzywami

Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym

Schab panierowany w panco z czosnkiem, imbirem i nutą curry

Kurczak "Cacciatore"

Gyros Drobiowy

Wątróbka drobiowa w cydrze z boczkiem

Mix mięs grillowanych

Satay z kurczaka w marynacie z sosem z masła orzechowego

Krokiot z mięsem i serem

Gulasz węgierski

Siekańce drobiowe z warzywami

Gyros Drobiowy

Makaron diavola z kurczakiem

Mix mięs grillowanych

Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrzegowym

Ryby

Miruna panierowana ze słonecznikiem

Chrupiąca ryba w sosie słodkim chilli

Tilapia w panku

Ryba saute z sosem tatarskim

Miruna w cieście cytrynowo ziołowym

Ryba z salsa meksykańską

Tilapia panierowana z pestkami dyni

Tilapia a`la caprese

Stek z zębacza na sosie pomarańczowym z chilli

Miruna w cieście

Vegan

Kaszotto z kaszy gryczanej z kurkami

Bakłażan faszerowany kaszą pęczak z pesto i warzywami

Bigos z boczniakami

Gulasz warzywny z ciecierzycą

Falafel z jarmużem i jalapeno (veg)

Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą (veg)

Smażone tofu w sosie z czarnej fasoli (veg)

Gnocchi z pesto z czosnku niedzwiedziego, szparagami, pomidorkami cherry i parmezanem

Racuchy z twarogiem, jabłkami i cynamonem

Łazanki z kapustą i pieczarkami

Warzywa grillowane

Żółte curry z tofu, mango i świeżym szpinakiem (veg)

Ryż smażony z warzywami (veg)

Lasagne ze szpinakiem cztery sery

Racuchy jogurtowe z sosem pomarańczowym

Pampuchy

Warzywa grillowane

Ryż smażony na woku (veg)

Leczo warzywne

Ser panierowany (veg)

Racuchy z rabarborem

Makaron w sosie grzybowym (veg)

Warzywa grillowane

Curry wegetariańskie z batatami kalafiorem i orzechami nerkowca

Kotleciki kukurydziane z jalapeno (veg)

Makaron w sosie paprykowym z kolendrą

Kotletiki ziemniaczane

Bakłażany zapiekane z typu feta i pomidorem

Warzywa grillowane

Smażony ryż z warzywami (veg)

Makaron ryżowy z pok choi, marchewką, porem i jakiem

Zapiekana cukinia z bakłażanem i mozzarella

Placuszki marchewkowe

Gnocchi w sosie pomidorowym

Warzywa grillowane

Vegetarian

Kapusta młoda zasmażana

Marchewka mini z sezamem

Szpinak

Kalafior zapiekany z serem

Bukiet warzyw

Fasolka żółta z bułką tartą

Pieczarki w sosie serowym

Szpinak w mleku kokosowym z ciecierzycą i curry

Buraczki na ciepło (veg)

Mieszanka warzyw z prażonymi pestkami dyni

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Ryż czerwony - Arroz rojo

Szpinak

Duet marchewkowy z sezamem

Młoda kapusta z koperkiem na ciepło

Kalafior z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Kukurydza z masłem czosnkowym

Młoda kapusta z koperkiem na ciepło

Szpinak w mleku kokosowym z ciecierzycą i curry

Glazurowana marchewka

Brokuły w sosie curry

Fasolka żółta z bułką tartą

Pieczarki w sosie teryjaki

Szpinak

Marchew z groszkiem

Buraczki na ciepło

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z bójnickie zasmażane

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z mięsem

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z truskawkami

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z kaszą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Cepeliny z mięsem

Dodatki

Kopytka

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż z warzywami

Placki ziemniaczane

Kasza pęczak z brokułami szpinakiem i groszkiem

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Talarki ziemniaczane

Ryż

Krażki cebulowe

Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Kopytka

Ziemniaki puree z cebulą i boczkiem

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Frytki

Ryż żółty

Placki ziemniaczane

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kluski śląskie

Ziemniaki puree z cebulą

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż z pieczarkami

Soczewica zielona z groszkiem i suszonymi pomidorami

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kopytka ze szpinakiem

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Frytki

Ryż

Krażki cebulowe

Kasza kuskus z warzywami

Surówki

Surówka z białej kapusty i marchewki

Ogórki małosolne

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z marchewki z jabłkiem

Salata maślowa, rzodkiewka, ogórek

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z białej kapusty z marchewką i kalarepą

Ogórki małosolne

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z porem

Salata z rzodkiewką

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z białej kapusty

Ogórki małosolne

Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną

Surówka z kapusty pekińskiej z porem

Salata z rzodkiewką

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z białej kapusty i marchewki

Ogórki małosolne

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z marchewki z jabłkiem

Salata maślowa, rzodkiewka, ogórek

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z białej kapusty z marchewką i kalarepą

Ogórki małosolne

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z porem

Salata z rzodkiewką

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Salatki

Salatka cesar z brokułem

Salata sezonowa, pomidor, sos vinegret

Salatka z wędzonym kurczakiem i pomarańczą

Salatka z ciecierzycy z suszonymi pomidorami

Salatka z mozzarellą, winogronem, słonecznikiem

Salatka gyros

Salatka caprese

Salatka hawajska (kurczak, ananas)

Salatka mix

(kukurydza, papryka, pomidor, ogórek)

Salatka z kurczakiem

Na słodko

Naleśniki z serem i brzoskwiniami

Salatka owocowa

Pancakes z bananem i sosem malinowym

Truskawki w śmietanie

Gofry z owocami

Truskawki w śmietanie

Pancakes z bananem i sosem malinowym

Salatka owocowa

Czekoladowe naleśniki z miętowym serkiem i truskawką

Gnocchi w sosie truskawkowym

