

poniedziałek 27-06-2022

wtorek 28-06-2022

środa 29-06-2022

czwartek 30-06-2022

piątek 1-07-2022

Zupy

Ogórkowa

Botwinka (veg)

Flaczki po zamojsku

Zupa krem z bobu i brokuła

Żurek Śląski

Zupa szczawiowa z jajkiem

Krupnik na kaczce

Zupa krem z młodej cebuli ze słodką smietanką i twarogiem (veg)

Rosół z makaronem

Zupa krem z pomidorów (veg)

Mięsa

Filet grillowany z sosem kurkowym

Pulpety w sosie ogórkowo-koperkowym

Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym

Gyros drobiowy

Udko z kurczaka w sosie BBQ z truskawkami i sriacha

Mix mięs grillowanych

Chrupiący kurczak w panierce panco z sosem bang bang

Kotlet schabowy

Kurczak cytrynowy (Pollo ai limoni)

Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem z nutą majeranku

Gyros drobiowy

Gołąbki z mięsem w sosie pomidorowym

Mix mięs grillowanych

Kurczak w sosie kolendrowym

Filet z kurczaka po parysku z szynką i serem

Cukinia faszerowana z kurczakiem i warzywami

Makaron penne z łososiem w sosie kaparowym z suszonymi pomidorami

Gyros drobiowy

Żeberka w grazurze słodko kwaśnej z pomarańczami i czosnkiem

Mix mięs grillowanych

Wieprzowina z grzybami mun

Kotlet schabowy panierowany z pieczarkami zapieczony serem

Gulasz wieprzowy po chłopsku

Kofta wieprzowo wołowa z raitą ogórkowo miętową

Gyros Drobiowy

Tortilla z szarpaną wieprzowiną i chrupiącymi warzywami

Mix mięs grillowanych

Kurczak w mleku kokosowym

Filet z kurczaka w migdałach

Szwedzkie klopsiki z żurawiną w sosie pieczeniowym

Moussaka z mięsem wieprzowym

Gyros Drobiowy

Półdewiczki w sosie indyjskim (mleczko kokosowe, pomidory, garam masala)

Mix mięs grillowanych

Chrupiący kurczak w glazurze z piklowanych limonek z chili i warzywami

Ryby

Miruna panierowana ze słonecznikiem

Ryba z sosem majonezowym curry i chrupiącą dynią

Tilapia w panko

Ryba saute z dipem jalapeno

Miruna w cieście cytrynowo ziołowym

Dorsz zapiekany z brokulem i serem

Tilapia panierowana z pestkami dyni

Ryba z pastą twarogową z pomidorami suszonymi

Pstrąg pieczony z cebulą, czosnkiem i ziołami

Miruna w cieście

Vegan

Chana masala - ciecierzycza w pomidorach i przyprawach

Makaron z bobem w sosie cytrynowym na mleku kokosowym

Tajske curry z dynią, ciecierzycą i szpinakiem

Leczo po węgiersku (veg)

Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)

Sajgonki z warzywami (veg)

Ryż z jajkiem w sosie ostrzygwym (veg)

Makaron z bobem w sosie cytrynowym na mleku kokosowym

Racuchy z twarogiem, jabłkami i cynamonem

Chrupiący kalafior zapiekany w pod beszamelem z serem pleśniowym

Warzywa grillowane po włosku (papryka, cukinia, cebula, oliwki zielone)

Kapusta młoda zasmażana

Buraczki na ciepło

Szpinak

Marchewka mini z sezamem

Bukiet warzyw

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi zbójnickie zasmażane

Kopytka

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż z warzywami

Kasza bulgur po turecku

Kasza pęczak

Warzywa w tempurze

Makaron sojowy z kapustą pak choi (veg)

Placki ziemniaczane z twarogiem wędzonym i łososiem

Racuchy jogurtowe z sosem pomarańczowym

Caponata sycylijska

Warzywa grillowane z serem feta

Pieczarki w sosie teryjaki

Szpinak

Marchew z groszkiem

Mieszanka warzyw z prażonymi pestkami dyni

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi po meksykańsku z mięsem

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Talarki ziemniaczane

Ryż

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kasza kuskus z warzywami

Tofu po koreańsku

Makaron udon z warzywami

Ser panierowany (veg)

Racuchy z rabarborem

Zielona soczewica z pieczonymi warzywami

Warzywa grillowane z ziołami

Kukurydza z masłem czosnkowym

Szpinak

Młoda kapusta z koperkiem na ciepło

Duet marchewkowy z sezamem

Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z truskawkami

Kopytka

Ziemniaki puree z cebulą i boczkiem

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Frytki

Ryż żółty

Kasza bulgur po turecku

Kasza pęczak

Pulpety z soczewicy na słodko sojowym sosie (veg)

Ryż smażony tom yum

Pasternak po arabsku z bakaliami i chilli (veg)

Banan w cieście z kardamonem i cynamonem

Krokiet z pieczarkami i serem żółtym (veg)

Warzywa grillowane po włosku (papryka, cukinia, cebula, oliwki zielone)

Kukurydza z masłem czosnkowym

Młoda kapusta z koperkiem na ciepło

Szpinak w mleku kokosowym z ciecierzycą i curry

Glazurowana marchewka

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi z bobem, boczkiem i ziemniakami z masłem szalwiowym

Kluski śląskie

Ziemniaki puree z cebulą

Ziemniaki smażone z warzywami

Frytki

Ryż z pesto pietruszkowym

Kasza gryczana

Kasza kuskus z warzywami

Bakłażan z pastą z bobu i chili (veg)

Makaron ryżowy z pok choi, marchewką, porem i jakiem

Pasternak po egipsku (veg)

Cynamonowe Arancini z jabłkami

Tort z tortilli z warzywami (veg)

Warzywa grillowane z serem feta

Buraczki na ciepło

Szpinak

Marchew z groszkiem

Bukiet warzyw

Brokuły ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi z ziemniakami i twarogiem

Pierogi ze szpinakiem i serem pleśniowym

Kopytka ze szpinakiem

Ziemniaki z wody

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Frytki

Ryż

Kasza bulgur po turecku

Kasza pęczak

Surówki

Surówka z białej kapusty i marchewki

Ogórki małosolne

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z marchewki z jabłkiem

Salata masłowa , 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 czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z białej kapusty

Ogórki małosolne

Surówka z selera i marchewki

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 masłowa , 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 czerwonej kapusty z jabłkiem

Salatki

Salatka cesar z brokulem

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

Truskawki w śmietanie



Vegetarian