

Poniedziałek 14-11-2022

Wtorek 15-11-2022

Środa 16-11-2022

Czwartek 17-11-2022

Piątek 18-11-2022

Zupy

Grochówka wojskowa	Rosół z makaronem	Kurpnik z kaszą jaglaną na wędzonce	Tajska zupa tom kha kai z kurczakiem	Pomidorowa z makaronem
Minestrone (veg)	Zupa z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)	Zupa brokułowa (veg)	Flaczki z boczników (veg)	Zupa neapolitańska z grzankami (veg)

Mięsa

Filet drobiowy panierowany	Schab panierowany z siemieniem lnianym i słonecznikiem	Kotlet mielony	Filet z kurczaka w tymiankowej panierce	Filet z kurczaka po parysku z szynką i serem
Gulasz wieprzowy z majerankiem i śmietaną	Quesadilla z kurczakiem, szpinakiem i pieczarkami	Potrąwka z kurczaka w sosie śmietanowym z suszonymi pomidorami i bazylią	Pieczeń rzymska w sosie demi-glace	Skrzydółka glazurowane BBQ
Pieczeń wieprzowa w sosie pomidorowym	Curry z kurczakiem, dynią i jarmużem	Karkówka pieczona w sosie musztardowym	Tortilla z grillowanym kurczakiem i świeżymi warzywami	Filet z kurczaka faszerowany mozzarellą i szpinakiem w sosie kaparowym
Udko z kurczaka pieczone w sosie sambal(pikantne)	Klopsiki w sosie koperkowym	Gyros drobiowy z warzywami i serem	Bitki wieprzowe w sosie własnym	Gulasz węgierski
Żeberka duszone w sosie cebulowym	Gulasz wieprzowy po meksykańsku	Makaron z kurczakiem, cukinią, suszonymi pomidorami i szalwią w sosie alfredo	Gulasz dyniowy z kurczakiem i kolendrą	Sakiewka z kurczaka faszerowana mozzarellą i szpinakiem w sosie kaparowym
Wieprzowina z grzybami mun i bambusem	Kurczak w sosie teriyaki	Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrzygowym	Kurczak słodko-kwaśny	Pikantna wieprzowina imbirowa
Grill mix	Grill mix	Grill mix	Grill mix	Grill mix

Ryby

Dorsz z gremolată zapieczony serem	Morszczuk w cieście paprykowym	Mintaj w chrupiącej panierce	Tilapia a la caprese	Ryba po grecku
Tilapia w panko	Kotlet rybny z koprem i limonką	Miruna zapiekana zapiekana w sosie serowos-szpinakowym	Fingersy rybne	Ryba panierowana ze słonecznikiem

Vegan

Gnocchi z sosem pomidorowo bazyliowym	Wegetariańskie chilli con carne z soczewicą, kukurydzą fasolą i ryżem (veg)	Leczo z boczniakami	Pieczona dynia z miodem rodzynkami i nutką pomarańcza	Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek (veg)
---------------------------------------	---	---------------------	---	---

Vegetarian

Kotlety brokułowo ryżowe ze słonecznikiem i kukurydzą	Meksykańskie placuszki kukurydziane z jalapeno i kolendrą (veg)	Kotlet z kaszy bulgur i czerwonej soczewicy z dipem czosnkowym (veg)	Aromatyczne thai curry z kalafiorem (veg)	Kotleciki ziemniaczane
Aromatyczna potrawka z soczewicy i batatów (veg)	Gulasz warzywny z ciecierzycą	Aromatyczna potrawka z soczewicy i batatów (veg)	Kotleciki z kalafiora z jajkiem (veg)	Tort z tortilli z warzywami (veg)
Orientalna ciecierzycy Kung Pao (veg)	Bakłazan panierowany z pastą dyniową i imbirem marynowanym	Pulpeciki orientalne	Bakłazan po egipsku (veg)	Orientalna potrawka z dyni, cieciorci, mango, papryki jalapeno w mleku kokosowym
Aromatyczne thai curry z kalafiorem (veg)	Ryż smażony z warzywami (veg)	Makaron ryżowy z warzywami (veg)	Makaron udon z warzywami	Słodko kwaśne tofu z warzywami
Racuchy serowe z czerwoną porzeczką	Racuchy z jabłkiem	Naleśniki z jabłkami	Jabłka pieczone z żurawiną	Banan w cieście

Warzywa

Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak
Marchew z groszkiem	Pieczarki w śmietanie	Kapusta zasmażana	Buraczki zasmażane z cebulką	Pieczarki w śmietanie
Kapusta czerwona z cebulką na ciepło	Buraczki zasmażane z cebulką	Pieczarki w sosie sojowym	Pieczarki cappuccino	Marchewka z groszkiem i kukurydzą i nutką kurkumy
Mieszanka warzyw na parze	Fasolka szparagowa mix	Kalafior z bułką tartą	Brukselka	Bukiet warzyw
Brokuł i kalafior z bułką tartą	Kalafior z bułką tartą	Mix warzyw ze słonecznikiem	Brokuł i kalafior z bułką tartą	Glazurowana marchewka
Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z	Glazurowana marchewka	Duet marchewkowy z sezamem	Fasolka szparagowa mix	Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką

Pierogi

Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem	Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta	Pierogi po indyjsku	Pierogi z kapustą i pieczarkami	Pyzy z mięsem

Dodatki

Kopytka dyniowe	Kopytka	Kluski śląskie szpinakowe	Kopytka	Kluski śląskie buraczkowe
Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym	Ziemniaki puree z cebulą	Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym	Ziemniaki puree z marchewką	Ziemniaki z wody z maselkiem koperkowym
Frytki	Ziemniaki pieczone z warzywami	Frytki	Ziemniaki pieczone z tymiankiem	Frytki
Ryż	Ryż	Ryż	Ryż	Ryż
Kasza bulgur	Kasza pęczak z groszkiem zielonym	Kasza bulgur po turecku	Kasza gryczana	Kasza bulgur z pomidorami i miętą
Kasza pęczak	Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą	Kasza gryczana z cebulą	Kasza kuskus z suszonymi pomidorami i pieczoną dynią	Kasza gryczana z pomidorami i pietruszką

Surówki

Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z buraków i ogórków	Surówka z buraków po Koreańsku	Surówka z pora i jabłek	Surówka z buraków czerwonych z cebulą
Surówka z kapusty kiszonej	Surówka z kapusty pekińskiej i pomarańczy	Surówka z czerwonej kapusty i rzodkiewki	Surówka z białej i włoskiej kapusty z marchwią i jabłkiem	Surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem, koperkiem i cebulą
Surówka z marchewki z żurawiną	Coleslaw z białej kapusty	Surówka z marchewki z jabłkiem	Surówka tajska z białej kapusty	Surówka z marchewki z rodzynkami
Surówka z białej kapusty i czerwonej rzodkiewki	Surówka z kapusty kiszonej	Surówka z selera i marchewki	Surówka domowa z kiszonej kapusty	Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą
Surówka z kapusty pekińskiej, groszku zielonego i pora	Surówka z czerwonej kapusty	Surówka z białej kapusty, kukurydzy, pora i natki pietruszki	Surówka z czerwonej kapusty, cebuli i pomarańczy	Surówka z białej kapusty z chrzanem
Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony	Ogórek kiszony

Salatki

Jesienna sałatka z jarmużem, kurczakiem, żurawiną i prażonymi pestkami słonecznika	Mix sałat z plasterkami grillowanego karczku, pomidorem, ogórkiem konserwowym, czerwoną cebulą, kaparami, sos musztardowo- miodowy	Mix sałat z grillowanymi plasterkami bekonu, jajkiem sadzonym, groszkiem zielonym, pomidorem i ogórkiem, sos cesar	Mix sałat z grillowanymi plasterkami schabu, pomidorki koktajlowe, oliwki, papryka, rzodkiewka, sos miodowo musztardowy	Mix sałat z grillowanym kurczakiem w marynacie chimichurri, pomidorami, papryka i ogórkiem z letnim sosem vinegrette
Surówka grecka	Salatka z gruszką i sera plesniowego i orzechami	Salatka grecka uczta (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser typu feta)	Salatka caprese	Salatka z jarmużu pomidorów koktajlowych pod sosem musztardowo-miodowym

Naleśniki

Naleśniki z serem	Czekoladowe naleśniki z twarogiem waniliowym	Naleśniki z serem	Czekoladowe naleśniki z twarogiem waniliowym	Naleśniki z serem
-------------------	--	-------------------	--	-------------------