

	poniedziałek 28-11-2022	wtorek 29-11-2022	środa 30-11-2022	czwartek 01-12-2022	piątek 02-12-2022
Zupy	Kapuśniak z kielbasą Zupa rzyżowa z warzywami	Orkiszowa z kurczakiem Szczawiowa z jajkiem (veg)	Grochówka wojskowa Barszcz biały z grzybami	Meksykańska Jarzynowa (veg)	Zupa rybna z pomidorami Pomidorowa z makaronem
Mięsa	Filet z kurczaka panierowany ze słonecznikiem Indyk z cukinią, papryką i orzechami nerkowca Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą Gyros drobiowy Schab duszony w sosie kurkowym Mix mięs grillowanych Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrygowym	Kotlet schabowy z pieczarkami zapieczony z serem Gulasz wieprzowy z fasolą i wędzonym boczkiem Lasagne z mięsem i warzywami Gyros drobiowy Roladki z kurczaka ze szpinakiem i serem typu feta Mix mięs grillowanych Udka w sosie kolendrowym	Stripsy z kurczaka Filet z kurczaka w sosie pieczarkowym z rukolą Pulpetyw sosie serowym z suszonymi pomidorami, zielonym groszkiem, bazylią Gyros drobiowy Karkówka pieczona z sosem z zielonego pieprzu Mix mięs grillowanych Indyk w sosie teryjaki	Kotlet schabowy Kofta wieprzowa wołowa z raitą ogórkowo miętową Żołądki drobiowe w sosie chrzanowym Gyros drobiowy Południczek w sosie słodko pikantnym Mix mięs grillowanych Żeberka wieprzowe w singapurskim sosie BBQ	Tortilla z szarpaną wieprzowiną i chrupiącymi warzywami Chrupiące kawałki kurczaka z sosem majonezowo sojowym Kotlet pożarski (drobiowy) Gyros drobiowy z warzywami i serem Gulasz wieprzowy z pieczarkami w sosie śmietanowym Mix mięs grillowanych Wieprzowina z grzybami mun
Ryby	Miruna po parysku z dipem jalapeno i czerwoną cebulą Dorsz pieczony	Tilapia w cieście piwnym Ryba z sosem majonezowym curry i chrupiącą dynią	Miruna panierowana Ryba z dipem maślano - kaparowym	Gładzica w panku Miruna zapiekana z pomidorem i zielonym pesto	Filet z mintaja w złocistej panierce Miruna w sosie śmietanowo porowym
Vegan	Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg)	Curry z kalaflorem, papryką i batatami w mleku kokosowym z kolendrą	Kaszotto z suszonymi pomidorami, oliwkami i kaparami	Fasolka po bretońsku (veg)	Indyjskie tofu z ciecierzycą w sosie tikka masala
Vegetarian	Słodko kwaśne tofu z warzywami (veg) Makaron ryżowy z warzywami (veg) Orientalne kotlety ryżowe z dipem Racuchy z bananem Serowo ziemniaczana kofta z warzywami w sosie pomidorowym curry (veg) Warzywa grillowane po włosku (papryka, cukinia, cebula, oliwki zielone)	Frittata z warzywami (veg) Ryż smażony z warzywami (veg) Bliny gryczane z twarogiem Racuchy jogurtowe z sosem pomarańczowym Tort z tortilli ze szpinakiem i serem typu feta Warzywa grillowane z serem feta	Pieczone bataty z sosem jogurtowym tahini, granatem i miętą Orientalny makaron z sosem sojowym i warzywami (veg) Pieczona dynia z orzechami i oliwą waniliową Serusie Curry z tofu, bakłażanem i pomidorami z mlekiem kokosowym Placuszki marchewkowe	Orientalny kalafior z warzywami i tofu w sosie guilin chilli Ryż z jajkiem w sosie ostrygowym (veg) Tortilla z brokułami i serem (veg) Banan w cieście Warzywa grillowane z ziołami Tajskie curry z dynią, ciecierzycą i szpinakiem	Kotlety z kaszy jaglanej z pieczarkami, imbirem prażonym słonecznikiem z dipem czosnkowym Makaron po chińsku z warzywami na ostro Naleśniki szpinakowe z twarogiem (veg) Caponata sycylijska Racuchy z orkiszem i bananem Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)
Warzywa	Bruksełka z marchwią w sosie śmietanowym Szpinak Bukiet warzyw Pieczarki w sosie teryjaki Duet marchewkowy z sezamem Fasolka żółta z bułką tartą	Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i sezamem Szpinak Bukiet warzyw Pieczarki w śmietanie Brokuły w sosie serowym Fasolka żółta z bułką tartą	Bruksełka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem Szpinak Kapusta modra Pieczarki w sosie teryjaki Duet marchewkowy z sezamem Fasolka żółta z bułką tartą	Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i sezamem Szpinak Kapusta zasmażana Pieczarki w śmietanie Brokuły w sosie serowym Fasolka żółta z bułką tartą	Duet marchewkowy z sezamem Szpinak Bukiet warzyw Brokuł i kalafior z bułką tartą Modra kapusta Fasolka żółta z bułką tartą
Pierogi	Pierogi ruskie Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta	Pierogi ruskie Cepeliny z mięsem	Pierogi ruskie Pierogi zbożnicze zasmażane	Pierogi ruskie Pierogi z serem typu feta i dynią	Pierogi ruskie Pierogi z mięsem
Dodatki	Kopytka Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż Kasza gryczana Kasza jaglana	Kopytka dyniowe z masłem szalwiowym Ziemniaki z wody Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż Kasza jęczmienna Kasza gryczana	Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż Kasza gryczana Kasza pęczak z warzywami	Kopytka dyniowe z masłem szalwiowym Ziemniaki puree Ziemniaki smażone z warzywami Frytki Ryż Kasza bulgur z pomidorami i miętą Kasza gryczana	Kluski śląskie Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem Frytki Ryż Kasza jęczmienna Kasza jaglana
Surówki	Surówka z białej kapusty z koperkiem Surówka z buraków Surówka z kapusty pekińskiej, groszku zielonego i pora Surówka z kalafiora i brokuła Surówka z marchewki z jabłkiem Surówka z czerwonej kapusty z kolendrą	Kapusta biała z papryką konserwową Surówka z buraków Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem Surówka z marchewki, dyni z pomarańczami Surówka z białej rzodkwią i papryką Surówka z kiszonych ogórków	Surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą Surówka z kiszonej kapusty Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym Surówka z pora Surówka z czerwonej kapusty z kolendrą	Surówka z białej kapusty Surówka z buraków Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i rzodkiewki Surówka z marchewki i jabłka Surówka orientalna z białej kapusty Surówka z selera ze śmietaną	Coleślaw z czerwonej kapusty Surówka z kalafiora i brokuła Orientalna surówka z marchewki z sezamem Surówka z kiszonych ogórków Surówka z marchewki z jabłkiem Surówka z pora
Salatki	Salatka caprese Salatka z paluszkami krabowymi	Salatka rodos Salatka z kurczakiem w sosie curry	Salatka caprese Salatka z tuńczykiem i jajkiem	Salatka rodos Salatka z tortellini i suszonym pomidorem	Salatka z paluszkami krabowymi Salatka ze szpinakiem i serem

