

poniedziałek 20-11-2023

wtorek 21-11-2023

środa 22-11-2023

czwartek 23-11-2023

piątek 24-11-2023

Zupy

Zupa kukurydziana z kurczakiem
Krem marchewkowy z imbirem, kardamonem i mlekiem kokosowym (veg)

Barszcz biały z kielbasą i ziemniakami

Krupnik

Fasolowa

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym

Zupa jarzynowa (veg)

Zupa szczawiowa z jajkiem

Grzybowa (veg)

Jesienna zupa z ziemniakami

Filet z kurczaka w panierce kukurydzianej

Schab pieczony w sosie pomidorowo-warzywnym

Stripsy z kurczaka

Polędwiczki drobiowe w sosie szpinakowym

Karkówka pieczona w sosie grzybowym z pieczonymi burakami

Gulasz wieprzowy po chłopsku

Devolay

Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym

Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą

Filet drobiowy panierowany

Mięsa

Tortilla z kurczakiem i warzywami

Filet z kurczaka po parysku z pietruszką

Gołąbki w sosie pomidorowym

Chrupiąca pierś z kurczaka z sosem mango

Kotlet mielony z burakami

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy z warzywami i serem

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy z cebulą, pieczarkami i papryką

Gyros drobiowy

Bakłazan faszerowany mięsem mielonym i warzywami

Makaron penne z kurczakiem w sosie grzybowym

Udka z kurczaka musztardowo miodowe

Świeżonka wieprzowa z cebulą

Papryka faszerowana po meksykańsku

Filet z kurczaka w sosie pomidorowym z kielbasą chorizo zapieczony serem

Indyjskie curry z mlekiem kokosowym i mango

Grillowana kielbasa w sosie cebulowym z pomidorami

Shoarma ze szpinakiem i jajkiem sadzonym

Wątróbka z cebulą, botwinką i winogronem

Orient

Kurczak z warzywami w sosie Hoisin

Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrzygowym

Curry z kurczakiem, batatami, kolorową papryką i brokułem

Wieprzowina słodko - ostra

Kurczak na ostro z bambusem

Ryby

Mintaj w chrupiącej panierce

Dorsz zapiekany z brokulem i serem

Miruna panierowana ze słonecznikiem

Mintaj w cieście piwnym

Kotlet rybny z jalapeno i oliwką

Miruna zapiekana w sosie śmietanowo-estragonowym

Ryba z dipem maślano - kaparowym

Ryba z sałwą meksykańską

Dorsz panierowany

Ryba po grecku

Vegan

Curry z tofu i cieciorą (veg)

Dynia i cukinia grillowana z timiąkiem

Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg)

Tort z tortilli z warzywami (veg)

Makaron penne z pomidorami w sosie bazyliowym (veg)

Kaszotto z kaszy bulgur z ciecierzycą, pieczarkami, suszonymi pomidorami, oliwkami i świeżą natką pietruszki (veg)

Kotleciki z batatów i soczewicy z sosem tysięcy wysp

Bigos z boczniakami i grzybami leśnymi (veg)

Warzywa w tempurze (veg)

Pieczone burgery z kaszy jaglanej i buraków

Warzywa w tempurze (veg)

Ryż smażony tom yum

Makaron pad thai (veg)

Brokułowe placuszki

Makaron po chińsku z warzywami na ostro

Makaron orientalny z fasolą zieloną

Bakłazany zapiekane z typu feta i pomidorem

Ser panierowany

Ryż smażony na woku (veg)

Pieczone buraki z marchewką i dynią oraz prażonymi pestkami słonecznika

Racuchy z jabłkiem

Racuchy z karmelizowanymi gruszkami

serusie

Naleśniki z serem i rodzynkami (rulon)

Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą

Plastry cukini zapiekane z mozzarellą i pomidorem

Krokiet z pieczarkami i serem żółtym (veg)

Gołąbek z kaszą gryczaną, soczewicą, i twarogiem w sosie grzybowym (veg)

Pęczotto z dynią, jarmużem i selerem naciowym

Racuchy z jabłkami

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

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane z ziołami

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

Kotleciki buraczane z sosem tatarskim

Kalafior zapiekany z serem

Mieszanka warzyw na parze

Kapusta zasmażana

Kukurydza z masłem czosnkowym

Duet marchewkowy z sezamem

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Warzywa

Bukiet warzyw

Mix warzyw ze słonecznikiem

Brokuły w sosie curry

Bukiet warzyw

Kalafior panierowany w słodkim sosie chilli (veg)

Pieczarki w śmietanie

Marchew z groszkiem

Pieczarki w sosie serowym

Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem

Buraczki na ciepło

Duet marchewkowy z sezamem

Kapusta z boczkiem i pomidorami

Buraczki na ciepło

Duet marchewkowy z sezamem

Pieczarki w sosie teryaki

Fasolka żółta z bułką tartą

Glazurowana marchewka

Fasolka szparagowa mix

Kapusta biała zasmażana z pomidorami

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ze śliwkami

Pierogi po meksykańsku z mięsem

Cepeliny z mięsem

Pierogi z ziemniakami i kurkami z wędzonym twarogiem

Pierogi babuni

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka buraczane

Ziemniaki puree

Ziemniaki z wody

Ziemniaki puree

Ziemniaki z wody

Ziemniaki puree z cebulą

Ziemniaki smażone z warzywami

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ziemniaki smażone z warzywami

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Dodatki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Kasza gryczana

Kasza pęczak

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kasza gryczana z cebulą

Kasza kuskus z warzywami (veg)

Kasza gryczana

Kasza kuskus z warzywami

Kasza gryczana

Kasza bulgur po turecku

Surówki

Surówka z białej kapusty z porem

Surówka coleslaw

Surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą

Surówka orientalna z białej kapusty

Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z kiszzonej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z kalafiora i brokuła

Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem

Surówka z rzodkiewki, rzepy i ogórka

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Salatka a'la coleslaw z czerwonej kapusty

Salata ze śmietaną

Salata masłowa, rzodkiewka, ogórek

Salata ze śmietaną

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną

Brokuł z kalafiorem i ogórkiem

Surówka z pora

Surówka domowa z kiszzonej kapusty

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z kiszzonej kapusty

Surówka z kapusty pekińskiej, groszku zielonego i pora

Surówka z czerwonej kapusty w oleju

Mizeria

Surówka z kapusty kiszzonej

Salatki

Salatka caprese

Salatka rodos

Salatka caprese

Salatka rodos

Salatka z burakiem (rukola, burak, ogórek, cebula czerwona, zielone winogrono)

Salatka z pieczoną dynią, szpinakiem, gorgonzolą i prażonymi pestkami dyni

Salatka z kurczakiem w sosie curry

Salatka z wędzonym kurczakiem i pomarańczą

Salatka z jarmużem

Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian