

poniedziałek 12-02-2024

wtorek 13-02-2024

środa 14-02-2024

czwartek 15-02-2024

piątek 16-02-2024

Zupy

Meksykańska  
Krupnik (veg)

Kapuśniak  
Ogórkowa (veg)

Aromatyczna zupa indyjska z czerwoną soczewicą i kurczakiem  
Grzybowa (veg)

Flaczki  
Wegetariański krem chrzanowy z białych warzyw

Zupa rybna z pomidorami  
Jarzynowa (veg)

Mięsa

Stroganoff z polędwiczek drobiowych  
Filet z kurczaka w panierce pietruszkowej  
Kotlet mielony  
Gyros drobiowy  
Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym

Kotlet schabowy  
Grillowany filet z kurczaka z pomidorową salsą i serem  
Cygański kociotek z kielbasą  
Gyros drobiowy z cebulą, pieczarkami i papryką  
Wątróbka drobiowa z karmelizowaną dynią i tymiankiem

Gulasz wieprzowy z fasolą i wędzonym boczkiem  
Panierowane kawałki kurczaka na ostro  
Drobiowy kotlet mielony  
Gyros drobiowy  
Makaron penne z kurczakiem w sosie grzybowym

Enchilada z kurczakiem w sosie serowym na ostro  
filet z kurczaka panierowany w słoneczniku  
Steki wieprzowe z cebulką w balsamico  
Gyros drobiowy z cebulą, pieczarkami i papryką  
Schab duszony w sosie z leśnych grzybów

Kotlet schabowy panierowany w płatkach owsianych  
Filet z kurczaka z pieczarkami i cebulą  
Makaron z szynką i pieczarkami  
Gyros drobiowy z warzywami i serem  
Marynowane polędwiczki drobiowe chimichurri z warzywami

Orient

Mix mięs grillowanych  
Wieprzowina vindaloo

Karczek pieczony w sosie własnym  
Kurczak czosnkowy

Mix mięs grillowanych  
Wieprzowina słodko-kwaśna

Żołądki drobiowe w sosie chrzanowym  
Kurczak w mleku kokosowym

Irlandzki gulasz wieprzowy  
Wieprzowina z grzybami mun

Ryby

Miruna z pastą brokułowo serową  
Kotlet mielony z ryby

Morszczuk panierowany  
Miruna zapiekana z pomidorem i zielonym pesto

Miruna panierowana  
Ryba z dipem maślano - kaparowym

Pulpety rybne w sosie koperkowym  
Miruna w cieście z salsą warzywną

Morszczuk panierowany ze słonecznikiem  
Tilapia a`la caprese

Vegan

Paella z warzywami (veg)

Wegetariański gulasz z pieczonymi warzywami korzennymi (veg)

Aloo gobi (cauliflower, potatoes, tomatoes, peas) (veg)

Pieczona dynia, bataty z brukselką i chilli (veg)

Indyjskie tofu z ciecierzycą w sosie tikka masala

Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką  
Makaron ryżowy z warzywami (veg)  
Orientalne tofu w mleku kokosowym  
Racuchy serowe z jabłkiem i cynamonem  
Makaron w sosie grzybowym (veg)  
Warzywa grillowane po włosku (papryka, cukinia, cebula, oliwki zielone)

Kotlet z kaszy bulgur i czerwonej soczewicy z dipem czosnkowym (veg)  
Makaron po chińsku z warzywami na ostro  
Makaron a'la bolognese z soczewicą i warzywami(veg)  
Placki twarogowe z rodzynkami  
Ser panierowany z kminkiem (veg)  
Warzywa grillowane z serem feta

Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą (veg)  
Makaron pad thai (veg)  
Batat z brukselką na ostro (veg)  
Pancakes z sosem karmelowym  
Indyjskie Muttar tofu (veg)  
Warzywa grillowane z ziołami

Pulpety ryżowe w sosie pomidorowym (veg)  
Makaron penne z pomidorami w sosie bazyliowym (veg)  
Kotlet ziemniaczany z sosem pieczarkowym (veg)  
Ryż z jabłkami i cynamonem  
Warzywa grillowane z ziołami  
Tajske curry z dynią, ciecierzycą i szpinakiem

Tofu z warzywami  
Makaron po chińsku z warzywami na ostro  
Cukinia panierowana (veg)  
Gnocchi w sosie grzybowym z pomidorkiem i pietruszką (veg)  
Racuchy drożdżowe z jabłkami  
Kalafiorowe curry (veg)

Marchewka z groszkiem i kukurydzą  
Szpinak  
Bukiet warzyw  
Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z czosnkiem  
Glazurowana marchewka  
Kalafior z brokułem i prażoną dynią

Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i sezamem  
Szpinak  
Bukiet warzyw  
Pieczarki w śmietanie  
Brokuły w sosie serowym  
Fasolka żółta z bułką tartą

Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem  
Szpinak  
Kapusta modra  
Marchew z groszkiem  
Buraczki na ciepło  
Fasolka żółta z bułką tartą

Marchewka na gęsto  
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  
Pieczarki w sosie serowym  
Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie  
Pierogi babuni

Pierogi ruskie  
Pierogi z wątróbką drobiową i cebulą

Pierogi ruskie  
Pierogi z ziemniakami, smażoną cebulką i skwarkami

Pierogi ruskie  
Pierogi z mięsem

Pierogi ruskie  
Pierogi z soczewicą

Dodatki

Kopytka  
Ziemniaki puree z cebulą  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Kasza bulgur  
Ryż  
Kasza gryczana smażona z jarmużem, dynią i serem typu feta (veg)  
Kuskus perłowy z pesto pietruszkowym

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Frytki  
Ryż tandoori  
Kasza pęczak z groszkiem zielonym  
Kasza gryczana

Kopytka pietruszkowe  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Kasza bulgur po turecku  
Ryż  
Kasza gryczana z cebulą  
Kasza pęczak z warzywami

Kopytka ze szpinakiem  
Ziemniaki puree  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Frytki  
Ryż z pieczarkami i groszkiem  
Prażona kasza greyczana z cebulką i czosnkiem  
Kuskus perłowy z pesto pietruszkowym

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Kasza gryczana  
Ryż  
Kasza jęczmienna  
Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Surówki

Surówka z białej kapusty z papryką  
Surówka z buraków  
Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli  
Pomidory z cebulką  
Surówka z marchewki z jabłkiem w śmietanie  
Salatka Kimchi

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  
Salatka z ogórka po tajsku

Surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą  
Surówka z kiszzonej kapusty  
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem  
Surówka z kiszzonych ogórków  
Surówka z pora  
Salatka z ogórka po tajsku

Surówka orientalna z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i rzodkiewki  
Surówka z marchewki i jabłka  
Surówka domowa z kiszzonej kapusty  
Salatka Kimchi

Coleślaw z czerwonej kapusty  
Surówka z kalafiora i brokuła  
Orientalna surówka z marchewki z sezamem  
Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli  
Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki  
Salatka Kimchi

Salatki

Salatka caprese  
Salatka z paluszkami krabowymi

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

Salatka grecka  
Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka rodos  
Salatka z tortelini i suszonym pomidorem

Salatka marokańska z kuskusem  
Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian