

poniedziałek 06-05-2024

wtorek 07-05-2024

środa 08-05-2024

czwartek 09-05-2024

10-05-2024

Zupy

Irlandzka zupa ziemniaczna z szynką
Kalafiorowa (veg)

Gulaszowa z fasolą
Botwinka (veg)

Kartoflanka z boczkiem
Krem z białych warzyw z suszoną śliwką (veg)

Grochówka
Zupa brokułowa (veg)

Zupa rybna z liśćmi limonki
Zupa krem z jarzyn (veg)

Mięsa

Filet z kurczaka z pomidorowym pesto i warzywami
Kotlet Schabowy panierowany / Stek wieprzowy z cebulą
Filet drobiowy z sosem kaparowym
Makaron z kurczakiem w sosie kurkowym

Filet z kurczaka panierowany / Siekaniec z warzywami
Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym
Torilla z szarpaną wieprzowiną, grillowanymi warzywami, jalapeno i sosem słodko pikantnym
Fajitas z kurczakiem

Strips z kurczaka
Schab panierowany / Stek wieprzowy z pomidorem zapieczony serem z rukolą
Strogonoff z kurczaka z porem
Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym

Filet z kurczaka panierowany ze słonecznikiem / Siekaniec z warzywami
Kotlet schabowy panierowany
Mix mięs grillowanych
Pałki z kurczaka w glazurze

Strips z kurczaka
Schab panierowany / Kotlet mielony
Potrawka z kurczaka z warzywami w sosie ziołowym
Kurczak w sosie indyjskim z warzywami

Orient

Golonka wieprzowa w kiszonej kapuście
Gulasz wieprzowy z fasolą i wędzonym boczkiem

Makaron penne z łososiem i brokułami
Mix mięs grillowanych

Filet z kurczaka w sosie musztardowo miodowym
Gyros drobiowy

Gulasz wieprzowy po węgiersku
Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie pesto

Curry z kurczakiem, dynią i jarmużem
Makaron w sosie pomidorowym z klopsikami

Ryby

Miruna w panko
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Dorsz panierowany z sezamem
Makrela grillowana w cytrynowym aromacie

Dorsz panierowany z migdałami
Ryba z salsą meksykańską

Marszczuk panierowany
Ryba saute z dipem jalapeno

Wieprzowina z grzybami mun
Mintaj w chrupiącej panierce
Tilapia a la caprese

Vegan

Ciecierzycza w sosie curry z cukinią i papryką (veg)

Fasolka po bretońsku (veg)

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

Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg)

Łazanki (veg)

Orientalny makaron z warzywami (veg)
Gnocchi w sosie grzybowym z pomidorkiem i pietruszką (veg)

Kalafiorowe curry (veg)
Ryż smażony tom yum
Penne alla diavola (pomidory na ostro) (veg)

Kotlet ziemniaczany z warzywami (veg)
Makaron ryżowy z warzywami (veg)
Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą (veg)

Gnocchi w sosie szpinakowym (veg)
Makaron po chińsku z warzywami na ostro
Kotlet warzywny panierowany w panko

Kaszotto z cukinią i pieczarkami (veg)
Tofu w sosie black pepper (veg)
Tortilla ze szpinakiem, serem typu feta i słonecznikiem (veg)

Zapiekanek warzywna (veg)
Pancakes z sosem karmelowym

Banan w cieście z kardamonem i cynamonem
Tajske curry z dynią, ciecierzycą i szpinakiem

Racuchy z jabłkami
Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)

Placuszki serowe z jabłkiem
Frittata ze szpinakiem (veg)

Syrniki
Bakłazan po egipsku (veg)
Warzywa grillowane z ziołami

Frittata z warzywami (veg)
Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane z ziołami

Marchewka z groszkiem i kukurydzą
Szpinak
Bukiet warzyw
Pieczarki w sosie teryaki
Kalafior z sezamem
Fasolka żółta z bułką tartą

Duet marchewkowy z sezamem
Szpinak
Bukiet warzyw
Brokuł i kalafior z bułką tartą
Kukurydza z masłem czosnkowym
Fasolka żółta z bułką tartą

Warzywa

Marchewka z groszkiem i kukurydzą
Szpinak
Bukiet warzyw
Pieczarki w sosie teryaki
Kalafior z sezamem
Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka w pomidorach
Szpinak
Bukiet warzyw
Pieczarki w śmietanie
Kalafior z sezamem
Fasolka żółta z bułką tartą

Kalafior z sosem curry
Szpinak
Brokuły ze słonecznikiem
Mieszanka warzyw na parze
Bukiet warzyw
Fasolka żółta z bułką tartą

Marchewka z groszkiem i dynią
Szpinak
Kalafior z sezamem
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
Kukurydza z masłem czosnkowym
Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie
Pierogi babuni

Pierogi ruskie
Pierogi szpinakowe w sosie gorgonzola

Pierogi ruskie
Pierogi z soczewicą

Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem

Pierogi ruskie
Pierogi po zbójnicku

Dodatki

Kopytka
Ziemniaki z wody
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem
Ryż
Kasza gryczana
Kasza bulgur

Kluski śląskie
Ziemniaki z wody
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza pęczak z warzywami
Kasza gryczana

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

Kopytka
Ziemniaki puree
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza bulgur z pomidorami i mięta
Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kopytka
Ziemniaki z wody
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem
Ryż
Kasza jęczmienna
Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Surówki

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką
Sałata z rzodkiewką
Surówka z kapusty kiszonej
Marchewka z jabłkiem

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą
Surówka z białej rzodkwią i papryką
Marchewka z jabłkiem

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem
Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym
Surówka z marchewki z jabłkiem
Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Marchewka z jabłkiem
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
Surówka orientalna z białej kapusty
Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Marchewka z jabłkiem
Surówka z kiszonych ogórków
Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki
Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Salatki

Salatka cesar (jajko, grzanki)
Salatka z kurczakiem

Salatka rodos
Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka grecka
Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka rodos
Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka z paluszkami krabowymi
Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian