

poniedziałek 06-05-2024

wtorek 07-05-2024

środa 08-05-2024

czwartek 09-05-2024

piątek 10-05-2024

**Zupy**

Zupa bolońska z wieprzowiną  
Zupa kalafiorowa

Zupa szczawiowa na żeberkach  
Pieczarkowa (veg)

Krupnik  
Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)

Botwinka  
Zupa kukurydziana (veg)

Zupa rybna  
Szpinakowa (veg)

**Mięsa**

Filet z kurczaka panierowany w orzechach  
Pulpety wieprzowe w sosie pomidorowym  
Nuggetsy z kurczaka  
Gyros drobiowy  
Wieprzowina słodko - ostra

Schab na parze z sosem szparagowym  
Połędwiczki drobiowe w sosie musztardowym z papryką  
Kotlet mielony panierowany z karmelizowaną cebulką  
Gyros drobiowy  
Żeberka pieczone w sosie własnym

Chrupiące kawałki kurczaka w pikantnej panierce z sosem sweet chilli  
Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym  
Tortilla z gyrosem i chrupiącymi warzywami  
Gyros drobiowy  
Wieprzowina w sosie hoisin

Filet z kurczaka z warzywami stir fry  
Hreczanyki  
Ziemniaki z popiołu zapiekane z szarpaną wołowiną i serem cheddar  
Gyros drobiowy  
Kurczak w mleku kokosowym

Siekańce drobiowe z warzywami  
Gulasz wieprzowy po węgiersku  
Makaron z kurczakiem w sosie kurkowym  
Gyros drobiowy  
Pieczeń wołowa w sosie jałowcowym

**Ryby**

Miruna w panku  
Ryba z warzywami stir fry

Miruna w cieście brokułowym  
Chrupiąca ryba w sosie słodkim chilli

Dorsz w cieście piwnym  
Ryba z salsą meksykańską

Morszczuk panierowany  
Ryba saute z sosem tatarskim

Mintaj w chrupiącej panierce  
Ryba po bombajsku w sosie curry

**Vegan**

Batat z brukselką na ostro (veg)

Ciecierzycza smażona z suszonymi pomidorami, kaparami i młodym szpinakiem

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

Leczo warzywne z ciecierzycą

Falafel z sosem jogurtowym tahini(veg)

**Vegetarian**

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Kotleciki z kalafiora z jajkiem (veg)

Ser panierowany w sezamie (veg)

Pęczotto z jarmużem i selerem naciowym

Makaron orientalny z warzywami (veg)

**Warzywa**

Kapusta biała zasmażana z pomidorami  
Szpinak  
Bukiet warzyw  
Pieczarki w sosie teryjaki  
Kalafior z sezamem  
Fasolka żółta z bułką tartą

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

Kalafiorowe curry (veg)  
Szpinak  
Brokuły ze słonecznikiem  
Mieszanka warzyw na parze  
Buraczki na ciepło  
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 z ziemniakami, smażoną cebulką i skwarkami

Pierogi ruskie  
Pierogi babuni

Pierogi ruskie  
Pierogi szpinakowe w sosie gorgonzola

Pierogi ruskie  
Pierogi z soczewicą

Pierogi ruskie  
Pierogi z mięsem

**Dodatki**

Kopytka  
Ziemniaki z wody z masłem koperkowym  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Frytki  
Ryż  
Kasza gryczana  
Kus kus perłowy z pesto pietruszkowym

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody z masłem koperkowym  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Frytki  
Ryż z warzywami  
Kasza pęczak z warzywami  
Kasza gryczana

Kopytka  
Ziemniaki z wody z masłem koperkowym  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Frytki  
Ryż  
Kasza gryczana z cebulą  
Kasza pęczak z warzywami

Kopytka  
Ziemniaki z wody z masłem koperkowym  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Ziemniaki puree  
Ryż z warzywami  
Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką  
Kasza gryczana

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

**Surówki**

Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka  
Surówka z buraków  
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką  
Surówka z marchewki z jabłkiem  
Surówka z kapusty kiszonej  
Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka  
Surówka z buraków  
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem  
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą  
Surówka z kalafiora i brokuła  
Colesław z białej kapusty

Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka  
Surówka z kiszonej kapusty  
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem  
Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym  
Colesław z białej kapusty  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z młodej kapusty, marchewki, koperku i jabłka  
Surówka z buraków  
Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i rzodkiewki  
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem  
Surówka orientalna z białej kapusty  
Surówka z kapusty kiszonej

Colesław z białej i czerwonej kapusty  
Surówka z kalafiora i brokuła  
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 mozzarellą

Salatka rodos  
Salatka tajska z tofu

Salatka grecka  
Salatka z gyrosem

Salatka rodos  
Salatka grecka

Salatka z paluszkami krabowymi  
Salatka z marynowaną ciecierzycą