

poniedziałek 20-05-2024

wtorek 21-05-2024

środa 22-05-2024

czwartek 23-05-2024

piątek 23-05-2024

Zupy

Żurek Śląski

Grochówka

Rosół z makaronem

Zupa rybna z pomidorami

Kapuśniak z młodej kapusty

Botwinka (veg)

Pomidorowa z makaronem

Szczawiowa (veg)

Mięsa

Kotlet schabowy / grillowany stek wieprzowy z jajkiem sadzonymi szparagami

Filet z kurczaka panierowany / Strips z kurczaka

Kotlet schabowy panierowany / Kotlet mielony

Filet z kurczaka panierowany / Kotlet siekany z kurczaka z warzywami

Rolada wołowa

Pulpety wieprzowe w sosie koperkowym

Poleđwiczki drobiowe w sosie szpinakowym

Pieczeń sztygarska

Poleđwiczki drobiowe z sosem kurkowym

Wątróbka drobiowa z rabarborem i jabłkiem

Karczek pieczony w sosie pieczeniowym z zielonym pieprzem

Kebab wołowo wieprzowy z miętą

Tortilla z grillowanym kurczakiem, warzywami i serem mozzarella

Udło z kaczki na młodej kapuście

Filet z kurczaka duszony z cebulą, pieczarkami i tymiankiem

Filet z kurczaka w sosie di jon

Filet z kurczaka w sosie pomidorowym z kaparami i bazylią

Gnocchi z kurczakiem, suszonym pomidorem i oliwką

Burger brioche z wołowiną jajkiem sadzonym i szparagami s serem cheddar

Udło z kurczaka w truskawkowym BBQ

Mix mięs grillowanych

Golonka w młodej kapuście

Indyjski butter chicken ze świeżą kolendrą

Mix mięs grillowanych

Orient

Kurczak z curry w mleku kokosowym

Kurczak Kung Bao

Kaczka z imbirem

Wieprzowina z grzybami mun

Ryby

Dorsz w cieście piwnym

Ryba saute z sosem tatarskim

Morszczuk panierowany

Mintaj w chrupiącej panierce

Miruna z salsa meksykańską i kolendrą

Tilapia panierowana

Miruna po parysku z dipem jalapenio i czerwoną cebulą

Dorsz na sosie cytrynowo maślanym

Vegan

Gulasz z ciecierzycy w sosie pomidorowym z cukinią i bakłażanem

Kaszotto z pieczonym bakłażanem, pomidorami i rozmarynem

Gulasz z zielonej soczewicy z pieczonymi warzywami i pomidorami

Ciecierzycy w mleku kokosowym z curry

Ryz tom yum

Makaron udon z warzywami w sosie sojowym z imbirem

Ryz z jajkiem w sosie ostrygowym (veg)

Makaron orientalny w sosie ostrygowym

Schiacchata 4 sery ze szparagami i pomidorami cherry

Kotlet warzywny panierowany w panko

Zapiekane naleśniki ze szpinakiem i serem mozzarella

Tort z tortili ze szpinakiem i warzywami

Kotlety ryżowe z kukurydzą i szczypiorkiem

Tofu w sosie black pepper

Makaron w sosie kurkowym

Kalafior harisa

Racuchy z rabarborem

Banan w cieście z kardamonem i cynamonem

Naleśniki z serem i rodzynkami

Racuchy z jabłkami

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane

Warzywa grillowane z ziołami

Szpinak w śmietanie z czosnkiem

Pieczarki w sosie sojowym

Kapusta młoda zasmażana koperkiem

Duet marchewkowy z sezamem

Młoda kapusta zasmażana

Szpinak w śmietanie z czosnkiem

Szpinak w śmietanie z czosnkiem

Szpinak w śmietanie z czosnkiem

Marchew z groszkiem na gęsto

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z sezamem

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw z migdałami

Mieszanka warzyw na parze

Pieczarki w śmietanie

Brokuł i kalafior z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Buraczki na ciepło

Fasolka żółta z bułką tartą

Kukurydza z masłem czosnkowym

Vegetarian



Warzywa

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi z ziemniakami szpinakiem i serem mozzarella

Pierogi z mięsem

Pierogi z ziemniakami i pieczarkami

Pierogi z kapusta

Kluski śląskie

Kopytka pietruszkowe

Kopytka z czosnkiem niedzwiedzim

Kluski śląskie

Młode ziemniaki z koperkiem

Młode ziemniaki z koperkiem

Młode ziemniaki z koperkiem

Młode ziemniaki z koperkiem

Dodatki

Ziemniaki smażone z warzywami

Brathkartofle

Ziemniaki smażone z warzywami

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ryz

Ryz

Ryz

Ryz

Kasza pęczak z warzywami

Kasza gryczana z cebulą

Kasza bulgur po turecku

Kasza jęczmienna

Kasza gryczana z cebulą

Kasza jęczmienna

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem

Marchewka z jabłkiem

Marchewka z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kiszonych ogórków

Marchewka z jabłkiem

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka orientalna z białej kapusty

Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki

Salata maślowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Salatki

Salatka grecka

Salatka grecka

Salatka rodos

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka ze szpinakiem i serem