

poniedziałek 13-05-2024

wtorek 14-05-2024

środa 15-05-2024

czwartek 16-05-2024

piątek 17-05-2024

Zupy

Tajska zupa tom kha kai z kurczakiem
Kapuśniak z młodej kapusty (veg)

Kapuśniak
Jarzynowa (veg)

Zupa węgierska
Botwinka (veg)

Fasolowa
Krem z pieczonych buraków (veg)

Rosół z makaronem
Szczawiowa z jajkiem (veg)

Mięsa

Filet z kurczaka zapiekany ze szpinakiem
Kotlet Schabowy panierowany / Stek wieprzowy z cebulą
Filet drobiowy z sosem z zielonych szparagów
Makaron z kurczakiem w sosie pomidorowym z cukinią i lubczykiem
Kawałki karkówki w śmietanie zapiekane z cebulą, pieczarkami i papryką
Gulasz wieprzowy po myśliwsku

Filet z kurczaka panierowany / Siekaniec z warzywami
Pikantne klopsiki wieprzowe w sosie kokosowo-pomidorowym
Wątróbka z cebulą, botwinką i winogronem
Indyjskie curry z mlekiem kokosowym i mango
Makaron penne z kurczakiem w sosie pieczarkowym z rukolą
Mix mięs grillowanych

Strips z kurczaka
Schab panierowany / Stek wieprzowy z cebulą, pieczarką i pietruszką
Żołądki drobiowe w sosie koperkowym
Pieczeń wieprzowa duszona z młodą kapustą
Orientalna kaczka z imbirem
Gyros drobiowy

Filet z kurczaka panierowany ze słonecznikiem / Siekaniec z warzywami
Udziec wieprzowy pieczony z kością, młodymi ziemniakami
Gyros drobiowy
Pikantne skrzydełka buffalo
Zraz mielony z farszem w sosie myśliwskim
Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie pesto

Chrupiące kawałki kurczaka z sosem mango-jalapeno
Schab panierowany / Kotlet mielony
Cukinia faszerowana wieprzowiną z pesto z czosnku niedźwiedziego
Pulpety w sosie pomidorowym z bazylią
Czeskie knedliki z gulaszem myśliwskim i owocami jałowca
Makaron w sosie śmietanowym z szynką i groszkiem

Orient

Kurczak w teryaki

Kurczak z warzywami w sosie Hoisin

Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrzygowym

Kurczak w sosie tandori curry

Cevapcici w ostrym sosie pomidorowym

Ryby

Miruna w panko
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Filet z mintaja w złocistej panierce
Makrela grillowana w cytrynowym aromacie

Dorsz panierowany z migdałami
Halibut pieczony z masłem ziołowym

Morszczuk panierowany
Ryba saute z dipem jalapeno

Mintaj w cieście z curry
Tilapia a'la caprese

Vegan

Ciecierzycza w sosie curry z cukinią i papryką (veg)

Korma tofu z warzywami

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

Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg)

Makaron w sosie szpinakowym

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Kalafiorowe curry (veg)

Kotlet ziemniaczany z warzywami (veg)

Risotto z zielonymi szparagami

Kaszotto z cukinią i pieczarkami (veg)

Gnocchi w sosie z pomidorkiem, pietruszką i zielonymi szparagami (veg)

Ryż w czerwonym curry z warzywami (veg)

Makaron ryżowy z warzywami (veg)

Makaron po chińsku z warzywami na ostro

Tofu w sosie black pepper (veg)

Zapiekanka makaronowa (veg)

kotlety warzywna z dipem czosnkowym

Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą (veg)

Kotlet warzywny panierowany w panko

Tortilla ze szpinakiem, serem typu feta i słonecznikiem (veg)

Racuchy z rabarborem

Racuchy z babanem

Racuchy z jabłkami

Placuszki serowe z jabłkiem

Racuchy z truskawkami

Frittata z warzywami (veg)

Makaron z bazyliowym pesto z zielonymi warzywami

Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)

Frittata ze szpinakiem (veg)

Cukinia zapiekana w sosie pomidorowym z mozzarellą

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane

Warzywa grillowane z ziołami

Marchewka z groszkiem

Młoda kapusta z koperkiem

Kalafior z sosem curry

Marchewka z groszkiem i dynią

Duet marchewkowy z sezamem

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z sezamem

Bukiet warzyw

Warzywa

Pieczarki w śmietanie

Kukurydza z masłem czosnkowym

Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem

Pieczarki w śmietanie

Młoda kapusta z koperkiem

Kalafior z sezamem

Kalafior z sezamem

Bukiet warzyw

Marchewka karmelizowana w miodzie

Kukurydza z masłem czosnkowym

Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi po zbojnicku

Pierogi szpinakowe

Pierogi z białym serem na słodko

Cepeliny z mięsem

Pierogi z brokułami

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka pietruszkowe

Kopytka

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki puree

Ziemniaki z wody

Dodatki

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ziemniaki smażone z warzywami

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ziemniaki smażone z warzywami

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kasza gryczana z cebulą

Kasza bulgur z pomidorami i mięętą

Kasza jęczmienna

Kasza bulgur

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

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 białej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem

Marchewka z jabłkiem

Marchewka z jabłkiem

Surówki

Salata z rzodkiewką

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

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z białej rzodkiewki i papryką

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka orientalna z białej kapusty

Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki

Marchewka z jabłkiem

Marchewka z jabłkiem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Salatki

Salatka cesar (jajko, grzanki)

Salatka rodos

Salatka grecka

Salatka rodos

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka z kurczakiem

Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian