

poniedziałek 8-07-2024

wtorek 9-07-2024

środa 10-07-2024

czwartek 11-07-2024

piątek 12-07-2024

Zupy

Fasolowa z fasolki szparagowej
Kalafiorowa (veg)

Grecka zupa cytrynowa z kurczakiem
Szpinakowa (veg)

Meksykańska
Chłodnik ogórkowo - miętowy (veg)

Barszcz czerwony
Zupa cebulowa (veg)

Zupa ogórkowa na wędzonce
Zupa krem z zielonego groszku(veg)

Mięsa

Filet drobiowy panierowany z sezamem
Kotlet mielony z serem

Kotlet schabowy
Kotleciki warzywno-mięsne

Kurczak w cieście porowym
Kotlet mielony z indyka z żurawiną

Filet z kurczaka po parysku
Kotlet schabowy po Szwajcarsku
Kurczak faszerowany pieczarkami w sosie ziołowym

Siekańce drobiowe z warzywami
Mix mięs grillowanych
Kurczak w sosie indyjskim z warzywami

Polędwiczki w sosie serowym
Makaron świderki z pieczarkami i mięsem wieprzowym
Tortilla grilowana z kurczakiem, warzywami i serem typu feta
Wieprzowina po chińsku z warzywami

Potrąwka z kurczaka z porem i pieczarkami
Udka drobiowe faszerowane warzywami

Pulpety w sosie ogórkowo-koperkowym
Makaron carbonara

Bitki wieprzowe w sosie grzybowym
Burger z grillowanym kurczakiem ,mozzarella, szpinakiem i pomidorem
Gnocchi z kurczakiem, suszonym pomidorem i oliwką
Wieprzowina z grzybami mun i bambusem

Karczek pieczony w sosie paprykowym
Szaszłyk wieprzowy z cebulą i cukinią w marynacie jogurtowo-miętowej
Kebab wieprzowy z sosem śmietanowo-miętowym
Wieprzowina pięć smaków

Ryby

Tilapia w panco

Dorsz w złocistej panierce

Morszczuk w cieście

Morszczuk w pomidorach z cukinią zapieczony serem

miruna panierowana w migdałach

Vegan

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Kaszotto z pieczonymi warzywami, pieczarkami i pestkami dyni (veg)

Falafel z sosem tahini(veg)

Pieczony kalafior harrise

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

Makaron orientalny z warzywami

Makaron udon z warzywami i sosem sojowym

Ryż z jajkiem w sosie ostrygowym (veg)

Makaron ryżowy z warzywami w sosie sojowo imbirowym

Ryż tom yum

Kotlety warzywne ze słonecznikiem (veg)

Naleśniki z szpinakiem i serem typu feta

Curry z tofu ,bakłażanem i pomidorami z mlekiem kokosowym

Kotleciki z cukini, pieczarek i ryżu z sosem pietruszkowo-śmietanowym (veg.)

Łazanki (veg)

Naleśniki z serem i truskawkami

Banan w panco

Naleśniki z serem i malinami

Pancake

Naleśniki z serem i truskawkami

Warzywa pieczone z ziołami

Warzywa grillowane po włosku

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane po włosku

Warzywa grillowane z pesto bazyliowym

Warzywa

Szpinak w śmietanie z czosnkiem
Pieczarki w śmietanie
Kapusta modra
Bukiet warzyw
Kalafior z bułka tartą

Szpinak w śmietanie z czosnkiem
Kapusta zasmażana z boczkiem
Marchew z groszkiem na gęsto
Bukiet warzyw z migdałami
Fasolka żółta z bułka tartą

Pieczarki cappucino
Szpinak w śmietanie z czosnkiem
Brokuły w sosie curry
Mieszanka warzyw na parze
Buraczki na ciepło

Szpinak w śmietanie z czosnkiem
Buraki zasmażane
Pieczarki smażone z pietruszką
Bukiet warzyw
Kalafior z brokułem

Szpinak w śmietanie z czosnkiem
Kapusta zasmażana
Marchew z groszkiem na gęsto
Bukiet warzyw z migdałami
Fasolka żółta z bułka tartą

Pierogi

Pierogi ruskie
Pierogi ze szpinakiem

Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem

Pierogi ruskie
Pierogi z ziemniakami i pieczarkami

Pierogi ruskie
Pierogi z truskawkami

Pierogi ruskie
Pierogi po zbójnicku

Dodatki

Kluski śląskie
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z czosnkiem i majerankiem
Ryż z pesto pietruszkowy
Kasza gryczana
Kus kus z warzywami

Kopytka
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza pęczak z warzywami
Frytki

Kopytka pietruszkowe
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami i jajkiem sadzonym
Ryż
Kasza gryczana z cebulą
Frytki

Kopytka
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza pęczak z warzywami
Frytki

Kluski śląskie
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z czosnkiem i majerankiem
Ryż z pesto pietruszkowy
Kasza gryczana
Kasza kus kus

Surówki

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
Mizeria ze śmietaną
Ogórki małosolne
Sałata maślowa z pomidorem, ogórkiem i śmietaną

Coleślaw z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
Pomidory z cebulą
Ogórki małosolne z marchewką i czosnkiem
Sałata maślowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Meksykańska sałatka z kukurydzy (esquites)
Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym
Mizeria ze śmietaną
Sałata maślowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą
Kiszona kapusta z cebulą i jabłkiem
Ogórki małosolne
Sałata maślowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z białej kapusty z miętą
Surówka z buraków
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem
Mizeria ze śmietaną
Pomidory z cebulą
Sałata maślowa ze śmietaną i rzodkiewką



Vegetarian