

poniedziałek 08-07-2024

wtorek 09-07-2024

środa 10-07-2024

czwartek 11-07-2024

piątek 12-07-2024

Zupy

Krupnik	Kapuśniak	Zupa rybna	Flaki	Zupa chrzanowa z szynką i jajkiem
Pomidorowa z makaronem (veg)	Botwinka (veg)	Zupa krem z jarzyn (veg)	Zupa z pieczonego kalafiora , marchewki i nutą curry(veg)	Koperkowa z ryżem

Mięsa

Filet z kurczaka panierowany w migdałach / Stripsy z kurczaka	Kotlet drobiowy z warzywami	Stripsy z kurczaka / Kotlet pożarski	Klopsiki wieprzowe w sosie szpinakowym	Filet z kurczaka panierowany / Siekańce z warzywami
Gołąbki z młodej kapusty w sosie pomidorowym	Kotlet schabowy / Stek wieprzowy z łopatką duszony z cebulą	Kotlet mielony z cebulką	Kotlet schabowy panierowany / Kotlet mielony	Stek wieprzowy z pieczarkami
Polędwiczki z kurczaka w sosie koperkowym	Cukinia faszerowana mięsem mielonym	Makaron z kurczakiem w sosie szpinakowym z pieczarkami	Makaron z kurczakiem w sosie pomidorowym z cukinią i lubczykiem	Karczek pieczony w sosie musztardowym
Pałki z kurczaka w glazurze	Pieczeń wieprzowa w sosie myśliwskim	Filet z kurczaka sosie czosnkowym	Filet z kurczaka panierowany z orzechami arachidowymi	Filet z kurczaka w sosie pietruszkowym
Filet drobiowy satay z grilowanym ananase	Polędwiczki w sosie black pepper	Azjatycki ryż z woka z marynowanym kurczakiem na ostro i warzywami	Makaron po chińsku z wieprzowiną	Wątróbka drobiowa z cebulą i kurkami
Gulasz wieprzowy z fasolą i wędzonym boczkiem	Makaron z łososiem w sosie śmietanowym z czosnkiem i natką pietruszki	Pałki z kurczaka w ostrej marynacie sambal	Enchilada z mięsem wieprzowym	Mix mięs grillowanych

Orient

Udka w sosie kolendrowym	Wieprzowina w sosie hoisin	Wieprzowina vinaloo	Kurczak w sosie słodko kwaśnym	Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrzygowym
--------------------------	----------------------------	---------------------	--------------------------------	---

Ryby

Tilapia w panko	Ryba w cieście piwnym	Miruna panierowana z pomidorem i serem	Morszczuk panierowany z cebulką przoną zapieczony serem	Ryba panierowana w płatkach kukurydzianych
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką	Ryba z dipem maślano - kaparowym	Ryba zapiekana z duszonymi porami	Tilapia a`la caprese	Ryba zapiekana z pomidorami, selerem naciowym i marchewką

Vegan

Aromatyczne thai curry z kalafiorom (veg)	Risotto z warzywami i świeżymi ziołami (veg)	Tofu w sosie curry ze szpinakiem (veg)	Gulasz z ciecierzycą, dynią i brokułem (veg)	Gulasz warzynny z ciecierzycą
---	--	--	--	-------------------------------

Vegetarian

Orientalny makaron z warzywami (veg)	Tortilla z ciecierzycą i warzywami (veg)	Makaron w sosie grzybowym (veg)	Gnocchi w sosie szpinakowym (veg)	Pęczotto z botwinką, orzechami włoskimi i serem żółtym
Batat z brukselką na ostro (veg)	Makaron ryżowy z warzywami (veg)	Makaron po chińsku z warzywami na ostro	Ryż po chińsku z warzywami na ostro	Tofu w sosie black pepper (veg)
Tagine (batat, cukinia, ciecierzycza, rodzyunki) (veg)	Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)	Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką (veg)	Kotlet warzynny panierowany w panko	Zapiekanka wegetariańska z warzywami (veg)
Serucie	Racuchy z jabłkami	Racuchy z rabarborem	Placuszki serowe z jabłkiem	Racuchy z borówkami
Frittata ze szpinakiem (veg)	Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)	Leczo cukiniowo paprykowe z fasolą (veg)	Kalafiorowe curry (veg)	Sycylijska caponata z bakżanem, pomidorami, oliwkami i kaparami (veg)
Warzywa grillowane z ziołami	Warzywa grillowane z ziołami	Warzywa grillowane z serem feta	Warzywa grilowane	Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa

Kapusta biała zasmażana z koperkiem	Glazurowana marchewka	Brukselka na ostro z orzechami	Marchewka z groszkiem	Duet marchewkowy z sezamem
Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak
Bukiet warzyw	Bukiet warzyw	Brokuły ze słonecznikiem	Kalafior z sezamem	Bukiet warzyw
Pieczarki w sosie sojowym	Pieczarki w śmietanie	Mieszanka warzyw na parze	Pieczarki w śmietanie	Brokuł i kalafior z bułką tartą
Kalafior z sezamem	Kalafior z sezamem	Buraczki na ciepło	Brokuły w sosie serowym	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 z mięsem	Pierogi babuni	Pierogi z kapustą i pieczarkami	Pierogi z białym serem i jagodami	Pierogi z ziemniakami i pieczarkami
Kopytka	Kluski śląskie	Kopytka pietruszkowe	Kopytka	Kopytka
Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	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 po turecku	Kasza jęczmienna
Kasza bulgur	Kasza gryczana	Kasza pęczak z warzywami	Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą	Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Surówki

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
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 rzodkwią 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

