

poniedziałek 15-07-2024

wtorek 16-07-2024

środa 17-07-2024

czwartek 18-07-2024

piątek 19-07-2024

**Zupy**

Zupa orkiszowa z kurczakiem  
Zupa krem z jarzyn (veg)

Gróchówka  
Ziemniaczana z porem

Meksykańska  
Zupa kalafiorowa

Gulaszowa  
Kapuśniak z młodej kapusty (veg)

Rosół z makaronem  
Zupa brokułowa (veg)

**Mięsa**

Filet z kurczaka zapiekany z serem i pomidorem  
Stripsy z kurczaka / Kotlet drobiowy pożarski  
Stek wieprzowy z karmelizowaną cebulką  
Makaron z sosem pieczarkowo-szpinakowym z boczkiem  
Karczek pieczony w sosie śliwkowym  
Chili con carne z fasolą, papryką i kukurydzą

Schab panierowany / Stek wieprzowy z cebulką  
Kotlet mielony w sosie myśliwskim  
Wątróbka drobiowa z duszonym porem  
Papryka faszerowana mięsem i ryżem  
Makaron penne z kurczakiem i szpinakiem  
Mix mięs grillowanych

Fajitas  
Filet z kurczaka panierowany w sezamie / Siekanie z warzywami  
Gyros drobiowy  
Gulasz wieprzowy z cebulą i pieczarkami  
Bitki wieprzowe w sosie grzybowym  
Makaron penne z kurczakiem w sosie grzybowym

Kotlet schabowy panierowany w migdałach / Kotlet mielony  
Stripsy z kurczaka  
Makaron orzo z chorizo, oliwkami i suszonymi pomidorami  
Pieczeń wieprzowa w sosie z zielonego pieprzu  
Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i brokułami  
Noga z kurczaka z grillowanymi warzywami w pesto

Kotlet mielony z karmelizowaną cebulką  
Stripsy z kurczaka / Kotlet drobiowy panierowany w słoneczniku  
Mix mięs grillowanych  
Pulpety wieprzowe w sosie napoli zapieczone serem  
Curry z kurczakiem, batatami, kolorową papryką i brokułem  
Makaron w sosie z sera pleśniowego, porów i białego wina z kurczakiem  
Wieprzowina z zielonym pieprzem w sosie ostrygowym

**Orient**

Wieprzowina z grzybami mun

Curry z kurczakiem i cukinią

Wieprzowina słodko - ostra

Kurczak w orzechowym sosie curry

Mintaj w cieście z curry  
Tilapia z sosem salsa

**Ryby**

Miruna w panko  
Ryba zapiekana w porach

Filet z mintaja w złocistej panierce  
Tilapia a'la caprese

Dorsz panierowany z migdałami  
Ryba z dipem maślano - kaparowym

Morszczuk panierowany  
Mix ryb grillowanych

Fasolka po bretońsku (veg)

**Vegan**

Aloo gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Tortilla z ciecierzycą i warzywami (veg)

Żółte curry z tofu, mango i świeżym szpinakiem (veg)

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Kalafiorowe curry (veg)

Kotlet ziemniaczany z warzywami (veg)

Leczo z cukini w pomidorach (veg)

Kaszotto z cukinią i pieczarkami (veg)

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

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Makaron ryżowy z warzywami (veg)

Makaron po chińsku z warzywami na ostro

Tofu w sosie black pepper (veg)

Enchilada z warzywami (veg)

kotlety warzywna z dipem czosnkowym

Chilli sin carne

Kotlet warzywny panierowany w panko

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

Racuchy z rabarborem

Racuchy z bananem

Racuchy z jabłkami

Placuszki serowe z tuskawkami

Racuchy z borówkami

Frittata z warzywami (veg)

Cukinia faszerowana z warzywami (veg)

Makaron z pesto szpinakowym z dodatkiem świeżego szpinaku

Makaron w sosie pomidorowym z cukinią oliwkami ser typu feta

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

Młoda kapusta z marchewką  
Szpinak  
Bukiet warzyw

Marchewka glazurowana z miodem i imbirem  
Szpinak  
Bukiet warzyw

Kalafior z sosem curry  
Szpinak  
Brokuły ze słonecznikiem

Marchewka z groszkiem i dynią  
Szpinak  
Kalafior z sezamem

Duet marchewkowy z sezamem  
Szpinak  
Bukiet warzyw

**Warzywa**

Pieczarki w sosie sojowym  
Kalafior z sezamem  
Fasolka żółta z bułka tartą

Kukurydza z masłem czosnkowym  
Kalafior z sezamem  
Fasolka żółta z bułka tartą

Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem  
Bukiet warzyw  
Fasolka żółta z bułka tartą

Pieczarki w śmietanie  
Brokuł ze słonecznikiem  
Fasolka żółta z bułka tartą

Młoda kapusta z koperkiem  
Kukurydza z masłem czosnkowym  
Fasolka żółta z bułka tartą

**Pierogi**

Pierogi ruskie  
Pierogi babuni

Pierogi ruskie  
Pierogi z serem i jagodami

Pierogi ruskie  
Pierogi po meksykańsku z mięsem

Pierogi ruskie  
Pierogi ze szpinakiem

Pierogi ruskie  
Pierogi z wątróbką i kaszą gryczaną

**Dodatki**

Kopytka  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Ryż  
Kasza gryczana  
Kasza bulgur

Kluski śląskie  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Ryż  
Kasza pęczak z warzywami  
Kasza gryczana

Kopytka pietruszkowe  
Ziemniaki z wody  
Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem  
Ryż  
Kasza gryczana z cebulą  
Kasza pęczak z warzywami

Kopytka  
Ziemniaki puree  
Ziemniaki smażone z warzywami  
Ryż  
Kasza bulgur z pomidorami i mięętą  
Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

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

**Surówki**

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką  
Sałata z rzodkiewką  
Surówka z kapusty kiszzonej  
Marchewka z jabłkiem  
Sałatka cesar (jajko, grzanki)

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem  
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą  
Surówka z białej rzodkwią i papryką  
Marchewka z jabłkiem  
Sałatka rodos

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem  
Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym  
Surówka z marchewki z jabłkiem  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą  
Sałatka grecka

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Marchewka z jabłkiem  
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem  
Surówka orientalna z białej kapusty  
Surówka z kapusty kiszzonej  
Sałatka rodos

Surówka z białej kapusty  
Surówka z buraków  
Marchewka z jabłkiem  
Surówka z kiszonych ogórków  
Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki  
Surówka z buraków czerwonych z cebulą  
Sałatka z paluszkami krabowymi

**Sałatki**

Sałatka z kurczakiem

Sałatka meksykańska z kurczakiem

Mix sałat z grillowanymi połówkami chimichurri, pomidor, ogórek, kukurydza, sos vinegrette

Sałatka wiosenna z rzodkiewką, pomidorem i jajkiem

Sałatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian