

poniedziałek 05-08-2024

wtorek 06-08-2024

środa 07-08-2024

czwartek 08-08-2024

piątek 09-08-2024

Zupy

Meksykańska zupa z kurczakiem
Botwinka (veg)

Kartoflanka z boczkiem
Zupa krem z brokułów i szpinaku (veg)

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym
Fasolowa z fasolki szparagowej

Gulaszowa
Pomidorowa z makaronem (veg)

Rosół z makaronem
Zupa krem z jarzyn (veg)

Mięsa

Kotlet schabowy / Kotlet mielony z cebulką
Pieczeń wieprzowa w sosie własnym
Płatki z kurczaka w bbq
Gofry z twarogiem ziołowym i łososiem
Makaron carbonara
Gulasz wieprzowy po węgiersku

Filet drobiowy panierowany w sezamie / Siekańce z warzywami
Stripsy z kurczaka
Cygański kociółek z kiebasą
Połudwiczki w sosie hawajskim
Pulpety ryżowo-wieprzowe w sosie pieczarkowym
Mix mięs grillowanych

Kotlet schabowy panierowany w płatkach owsianych / Stek wieprzowy z cebulką
Tortilla meksykańska z kurczakiem zapieczona z sosem serowym
Pulpet wieprzowy w sosie koperkowym
Pieczeń z karczku szpikowana śliwkami w sosie własnym
Filet w sosie tymiankowym
Kawałki Kurczaka duszone z cukinią, cebulą i papryką

Filet z kurczaka panierowany w orzechach / Stripsy
Kotleciki z kurczaka z brokulem w sosie brokułowym
Stek wieprzowy z jajkiem
Filet z kurczaka duszony z cebulą, pieczarkami i tymiankiem
Potrawka z kurczaka
Mix mięs grillowanych

Kotlet schabowy / Kotlet mielony
Stripsy
Roladki drobiowe z warzywami w sosie pomidorowym z bazylią
Filet z kurczaka w sosie cebulowo porowym
Świeżonka wieprzowa z cebulą
Makaron penne w sosie napoli z boczkiem

Orient

Kurczak słodko-kwaśny

Pikantna wieprzowina imbirowa

Kurczak tandoori z kolendrą

Wieprzowina słodko - ostra

Kawałki z kurczaka w sosie ostrygowym z brokułami i imbirem

Ryby

Miruna w panku
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Morszczuk panierowany ze słonecznikiem
Halibut pieczony ze szpinakiem

Dorsz w cieście piwnym
Ryba z sałwą meksykańską

Morszczuk panierowany
Ryba z grillowanymi warzywami

Mintaj w chrupiącej panierce
Ryba po grecku

Vegan

Aromatyczna potrawka z soczewicy i batatów (veg)

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

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

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

Tortilla z ciecierzycą i warzywami (veg)

Vegetarian

Orientalny makaron z warzywami (veg)
Batat z orzechami i chilli
Tortellini z ricottą i szpinakiem w sosie serowym
Ciecierzycza w sosie curry (veg)
Frittata z warzywami (veg)
Warzywa grillowane z ziołami

Kalafiorowe curry (veg)
Orientalny makaron z warzywami (veg)
kotlety warzywna z dipem czosnkowym
Racuchy z bananem
Cukinia faszerowana z warzywami (veg)
Warzywa grillowane z serem feta

Bakłażan po egipsku (veg)
Makaron ryżowy z warzywami (veg)
Curry z dyni i ciecierzycy z ziemniakami i kolendrą (veg)
Racuchy z jabłkami
Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)
Warzywa grillowane z ziołami

Leczo z cukini w pomidorach (veg)
Makaron po chińsku z warzywami na ostro
Kotlet warzywny panierowany w panku
Placuszki serowe z tuskawkami
Makaron w sosie pomidorowym z cukinią oliwkami ser typu feta
Warzywa grillowane

Kaszotto z cukinią i pieczarkami (veg)
Tofu w sosie black pepper (veg)
Makaron ryżowy z warzywami (veg)
Racuchy
Cukinia zapiekana w sosie pomidorowym z mozzarellą
Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa

Kapusta biała zasmażana z pomidorami
Szpinak
Bukiet warzyw
Pieczarki w sosie teryaki
Kalafior z sezamem
Fasolka żółta z bułką tartą

Fasolka w pomidorach
Szpinak
Bukiet warzyw
Pieczarki grillowane
Kalafior z sezamem
Fasolka żółta z bułką tartą

Kalafiorowe curry (veg)
Szpinak
Brokuły ze słonecznikiem
Mieszanka warzyw na parze
Buraczki na ciepło
Fasolka żółta z bułką tartą

Marchewka z groszkiem i dynią
Szpinak
Kalafior z sezamem
Pieczarki w śmietanie
Brokuły w sosie serowym
Fasolka żółta z bułką tartą

Duet marchewkowy z sezamem
Szpinak
Bukiet warzyw
Brokuł i kalafior z bułką tartą
Kukurydza z masłem czosnkowym
Fasolka żółta z bułką tartą

Pierogi

Pierogi ruskie
Pierogi zbójnickie

Pierogi ruskie
Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta

Pierogi ruskie
Pierogi z wątróbką drobiową i kaszą gryczaną

Pierogi ruskie
Cepeliny z mięsem

Pierogi ruskie
Pierogi z brokułami

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

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

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

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

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

Salatki

Salatka cesar (jajko, grzanki)
Salatka z kurczakiem

Salatka rodos
Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka grecka
Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka rodos
Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka z paluszkami krabowymi
Salatka ze szpinakiem i serem

