

poniedziałek 02-09-2024

wtorek 03-09-2024

środa 04-09-2024

czwartek 05-09-2024

piątek 06-09-2024

Zupy

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym
Kremowa zupa serowa z prażonym słonecznikiem (veg)

Kapuśniak
Zupa krem z jarzyn (veg)

Fasolowa
Zupa ryżowa z warzywami

Zupa kalafiorowa z kurczakiem
Wegetariański krem chrzanowy z białych warzyw

Rosół z makaronem
Pieczarkowa (veg)

Potrąwka z kurczaka z brokułami i szpinakiem w sosie śmietanowym

Kotlet schabowy

Polędwiczki drobiowe w sosie szpinakowym

Udziec wieprzowy pieczony z kością

Kotlet schabowy panierowany z pieczarkami zapieczony serem

Filet z kurczaka panierowany / strips

Kotlet Schabowy panierowany / Stek wieprzowy z cebulą

Filet z kurczaka panierowany / strips

Filet z kurczaka panierowany / Siekaniec z warzywami

Filet z kurczaka z pieczarkami i cebulą

Mięsa

Gnocchi z kurczakiem, suszonym pomidorem i oliwką

Klopsiki wieprzowe w sosie myśliwskim

Żeberka po góralsku w kapuście kiszanej

Makaron spaghetti z sosem bolońskim

Makaron z szynką i pieczarkami

Gyros drobiowy

Makaron pełne z bekonem i zielonym groszkiem w sosie śmietanowym

Steki wieprzowe z sosem cebulowym

Żołądki drobiowe w sosie chrzanowym

Gyros drobiowy z warzywami i serem

Kotlet mielony

Wątróbka drobiowa z karmelizowaną dynią i tymiankiem

Penne rigate z brokułami, suszonymi pomidorami, kurczakiem i kremowym sosem

Pieczeń wieprzowa na kapuscie kiszanej

Pieczeń wieprzowa w sosie pieczeniowym

Mix mięs grillowanych

Karkówka w marynacie czosnkowo-musztardowej

Gyros drobiowy

Mix mięs grillowanych

Irlandzki gulasz wieprzowy

Wieprzowina po tajsku z zieloną fasolą

Kurczak czosnkowy

Wieprzowina słodko-kwaśna

Kurczak w mleku kokosowym

Wieprzowina z grzybami mun

Orient

Dorsz panierowany z sezamem

Fingersy rybne z sezamem

Miruna w cieście paprykowym

Morszczuk panierowany

Ryba panierowana ze szpinakiem

Tilapia a-la caprese

Miruna zapiekana z pomidorem i zielonym pesto

Ryba z dipem maślano - kaparowym

Dorsz z gremolatą zapieczony serem

Ryba zapiekana w porach

Ryby

Vegan

Aromatyczne thai curry z kalafiosem (veg)

Risotto z warzywami i świeżymi ziołami (veg)

Tofu w sosie curry ze szpinakiem (veg)

Gulasz z ciecierzycą, dynią i brokułem (veg)

Gulasz warzywny z ciecierzycą

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

Bataty 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, rodzynki) (veg)

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką (veg)

Kotlet warzywny panierowany w panku

Zapiekanka wegetariańska z warzywami (veg)

Serucie

Racuchy

Racuchy drożdżowe ze sliwką

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 bakłażanem, pomidorami, oliwkami i kaparami (veg)

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane

Warzywa grillowane z ziołami

Marchewka z groszkiem i kukurydzą

Marchewki pieczone w miodzie z imbirem, chili i sezamem

Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem

Marchewka na gęsto

Duet marchewkowy z sezamem

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Kapusta madra

Kapusta zasmażana

Bukiet warzyw

Fasolka szparagowa zielona z bułką tartą z czosnkiem

Pieczarki w śmietanie

Marchew z groszkiem

Pieczarki w śmietanie

Brokuł i kalafior z bułką tartą

Glazurowana marchewka

Brokuły w sosie serowym

Buraczki na ciepło

Brokuły w sosie serowym

Pieczarki w sosie serowym

Kalafior z brokułem i prażoną dynią

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 ze szpinakiem

Pierogi zbyńnickie zasmażane

Pierogi z ziemniakami, smażoną cebulką i skwarkami

Knedle ze sliwką

Pierogi zbyńnickie

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka pietruszkowe

Kopytka ze szpinakiem

Kluski śląskie

Ziemniaki puree z cebulą

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki puree

Ziemniaki z wody

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

Dodatki

Kasza bulgur

Frytki

Kasza bulgur po turecku

Frytki

Kasza gryczana

Ryż

Ryż z pesto pietruszkowym

Ryż

Ryż z pieczarkami i groszkiem

Ryż

Kasza gryczana z cebulą

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Kasza bulgur z pomidorami i mięętą

Prażona kasza greyczana z cebulką i czosnkiem

Kasza kuskus z warzywami

Kuskus perłowy z pesto pietruszkowym

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kuskus perłowy z pesto pietruszkowym

Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Surówki

Surówka z białej kapusty z papryką

Kapusta biała z papryką konserwową

Surówka z białej kapusty z marchewką i kukurydzą

Surówka orientalna z białej kapusty

Coleslaw z czerwonej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z kiszanej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z kalafiora i brokuła

Surówka z kiszanego ogórka, papryki i czerwonej cebuli

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem

Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i rzodkiewki

Orientalna surówka z marchewki z sezamem

Pomidory z cebulką

Surówka z marchewki, dyni z pomarańczami

Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z marchewki i jabłka

Surówka z kiszanego ogórka, papryki i czerwonej cebuli

Surówka z marchewki z jabłkiem w śmietanie

Surówka z białej rzodkwią i papryką

Surówka z pora

Surówka domowa z kiszanej kapusty

Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki

Salatka Kimchi

Salatka z ogórka po tajsku

Salatka z ogórka po tajsku

Salatka Kimchi

Salatka Kimchi

Salatki

Salatka caprese

Salatka z makaronem

Salatka grecka

Salatka rodos

Salatka marokańska z kuskusem

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka z burakiem (rukola, burak, ogórek, cebula czerwona, zielone winogrona)

Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka z tortellini i suszonym pomidorem

Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian