

poniedziałek 16-09-2024

wtorek 17-09-2024

środa 18-09-2024

czwartek 19-09-2024

piątek 20-09-2024

Zupy

Źurek
Zupa krem z dyni i marchewki

Pomidorowa z makaronem
Krem z pietruszki i selera

Zupa ogórkowa
Barszcz czerwony

Krem z brokuła
Fasolowa

Rosół z makaronem
Zupa jarzynowa

Mięsa

Pakki z kurczaka w chrupiącej panierce
Filet z kurczaka ze słonecznikiem
Zrazy wieprzowe faszerowane pieczarkami
Polewiczki drobiowe z grillowanymi warzywami
Gulasz wieprzowy w sosie myśliwskim
Makaron z kurczakiem w sosie pomidorowym z chilli
Kurczak teriyaki

Filet z kurczaka po parysku
Kotlet schabowy
Ryż orientalny z kurczakiem i warzywami
kurczak w sosie brokułowym
kotlet mielony w sosie grzybowym
Zapiekanka makaronowa z kurczakiem i brokułem w sosie serowym
Fasolka po bretońsku

Stripsy z kurczaka
Pulpeciki drobiowe w sosie koperkowym
sztuśka mięsa w sosie pieczeniowym
Makaron spaghetti z sosem bolońskim
Źeberka duszone w cebuli
Tortilla z mięsem wieprzowym
Chilli con carne

Skrzydka buffalo
Siekaniac drobiowy
Stek wieprzowy zapiekany pieczarkami
Eskalopki wieprzowe w sosie pomidorowym
Zraziki śląskie
polewiczki drobiowe w sosie szpinakowym
Makaron orientalny z kurczakiem w sosie teriyaki

Filet z kurczaka panierowany
kotlet schabowy w ziołowej panierce
Filet faszerowany szpinakiem
Gyros drobiowy
Makaron penne z pesto i kurczakiem
Udka z kurczaka w sosie miodowo musztardowym
Wieprzowina pięć smaków

Ryby

Dorsz w panko

Miruna zapiekana z pastą serowo-koperkową

Medaliony z dorsza z dipem czosnkowo-szczypiorkowym

Dorsz w Płatkach kukurydzianych

Dorsz w złocistej panierce z migdałami

Vegan

Orientalne tofu z warzywami

Soczewica w pomidorach z pieczonymi warzywami
Kalafiorowe curry z mango i ciecierzycy

Ratatouille

Bigos z boczniakami

Cukinia panierowana
Tortilla ze szpinakiem ,serem typu feta i słonecznikiem (veg)
Racuchy z Jabłkiem
Warzywa pieczone z ziołami

Kotleciki z kaszy gryczanej i warzywami
Curry z ciecierzycy
Naleśniki z malinami
Warzywa grillowane po włosku

Ryż tom yum
Falafel z sosem jogurtowo mietowym
Serusie
Warzywa grillowane z serem feta

Kotlet z kaszy jęczmiennej z brokułami
Gnocchi w sosie szpinakowym
Naleśniki z truskawkami
Warzywa grillowane po włosku

Naleśniki z szpinakiem
Pęczotta z grzybami, ciecierzycą i rozmarynem
Kramble jabukowo-śliwkowe
Warzywa grillowane z pesto bazyliowym

Szpinak w śmietanie
Buraki zasmażane
Pieczarki w śmietanie
Bukiet warzyw
Fasolka szparagowa

Szpinak w śmietanie
Kapusta zasmażana
Marchew z groszkiem
Bukiet warzyw
Kalafior z bułką tartą

Szpinak w śmietanie
Kapusta zasmażana
Pieczarki Capucino
Bukiet warzyw
Brokuł z migdałami

Szpinak w śmietanie
Kapusta czerwona
Marchew z groszkiem
Bukiet warzyw
Fasolka szparagowa

Szpinak w śmietanie
Pieczarki z pietruszka
Marchewka z sezamem
Bukiet warzyw
Kalafior z brokułem

Pierogi

Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem

Pierogi ruskie
Pierogi z serem

Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem

Pierogi ruskie
Pierogi z serem

Pierogi ruskie
Pierogi z mięsem

Dodatki

Kopytka
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki pieczone z czosnkiem
Ryż
Kasza gryczana
Kasza kuskus

Kluski
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza pęczak
Kasza bulgur z pomidorami

Kopytka
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami i jajkiem sadzonym
Ryż
Kasza gryczana
Kasza kuskus

Kluski
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z warzywami
Ryż
Kasza bulgur z warzywami
Kasza pęczak

Kopytka
Młode ziemniaki z koperkiem
Ziemniaki smażone z czosnkiem i majerankiem
Ryż
Kasza gryczana
Kasza kuskus

Surówki

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem
Mizeria ze śmietaną
Pomidory z cebulą
Salata masłowa z pomidorem, ogórkiem i śmietaną

Surówka z białej kapusty
Surówka z kiszzonej kapusty
Surówka z Kapusty pekińskiej
Pomidory z cebulą
Surówka z marchewki i pomarańczy
Salatka grecka

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z marchewki i jabłka
Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym
Mizerkia ze śmietaną
Salata masłowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z białej kapusty
Surówka z kapusty Włoskiej
Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą
Kiszona kapusta z cebulą i jabłkiem
Pomidory z cebulą
Salata masłowa ze śmietaną i rzodkiewką

Surówka z białej kapusty
Surówka z buraków
Surówka z kapusty pekińskiej
Mizeria ze śmietaną
Surówka z kapusty kiszzonej
Salatka nicejska



Vegetarian