

poniedziałek 30-9-2024

wtorek 01-10-2024

środa 02-10-2024

czwartek 03-10-2024

piątek 04-10-2024

Zupy

Żurek

Meksykańska zupa grochowa

Zupa chłopska

Zupa z kurczakiem i liśćmi kaffiru

Zupa serowa z mięsem wieprzowym

Krem z batatów

Zupa minestrone z kluseczkami kładzionymi (veg)

Flaczki z boczniaków (veg)

Zupa krem z cukini (veg)

Zupa ze świeżych ogórków (veg)

Mięsa

Filet z kurczaka w kokosie

Kotlet drobiowy z pietruszką

Karminadle

Chrupiące nuggetsy drobiowe marynowane w jogurcie

Polędwiczki drobiowe w sosie brokułowym

Karkówka z grilla z czosnkiem i tymiankiem

Kotlet schabowy w tymiankowej panierce

Kotlet mielony ze szczypiorkiem w sosie cebulowym

Kawałki wieprzowiny panierowane w sezamie

Schab panierowany z siemieniem lnianym i słonecznikiem

Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym

Kotlet mielony z pieczarkami i żółtym serem

Schab duszony z cebulą i cukinią w rozmarynie

Filet z kurczaka faszerowany papryką i serem typu feta posypany szczypiorkiem

Grillowana karkówka z chutneyem z czerwonej cebuli

Stek wieprzowy zapiekany z papryką i serem

Roladka z fileta drobiowego z kolorową papryką

Shorma drobiowa z cebulą i paprykami

Żeberka pieczone w sosie własnym

Udko z kurczaka pieczone

Wątróbka drobiowa z cebulą i pieczarkami

Makaron boloński

Makaron penne ala diavolo (pomidory na ostro)

Filet z kurczaka w sosie cebulowo porowym

Kurczak duszony z cukinią, cebulą i papryką

Gnocchi z kurczakiem w sosie kurkowym

Gulasz cygański

Filet panierowany

Krokiety z kapustą i mięsem wieprzowym

Kofta w sosie śmietanowo-miętowym

Kurczak teriyaki

Kurczak w mleku kokosowym

Buritto

Wieprzowina z curry

Orientalny kurczak cytrynowo imbirowy

Ryby

Mintaj w panko

Medaliony z drożdża z dipem koperkowym

Morszczuk z pomidorami i bazylią

Miruna panierowana w płatkach owsianych

Dorsz panierowany

Vegan

Enchilada po meksykańsku z soczewicą i warzywami (veg)

Gulasz z ciecierzycą, dynią i brokułem (veg)

Risotto z warzywami i świeżymi ziołami (veg)

Makaron z cukinią, marchewką i bakłażanem

Pełnoziarnisty makaron z boczniakami, świeżym szpinakiem i passatą pomidorową (veg)

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

Ryż tom-yum

Rattatui

Bakłażan panierowany

Ryż smarzony z warzywami

Kotlety z kaszy jaglanej ze szpinakiem i słonecznikiem (veg)

Placki ziemniaczane z cukinią i kawaśną śmietaną

Kotleciki warzywne zapiekane serem i pomidorami

Tortilla z warzywami po meksykańsku

Kotleciki z kapusty z kminkiem

Racuchy z jabłkiem

Naleśniki z Truskawkami

Racuchy z gruszką

Naleśniki z Malinami

Banany w cieście

Warzwa pieczone z ziołami

Warzwa pieczone z ziołami

Placki ziemniaczane

Placki ziemniaczane

Warzywa pieczone

Szpinak w śmietanie

Szpinak w śmietanie

Szpinak w śmietanie

Szpinak w śmietanie

Szpinak w śmietanie

Buraczki zasmarżane

Kapusta zasmarżana

Kapusta czerwona na ciepło

Buraczki na ciepło

Marchewka w sezamie

Pieczarki w śmietanie

Marchewka z groszkiem

Pieczarki cappucino

Kapusta zasmarżana

Pieczarki z pietruszką

Kalafior z bułką tartą

Brokuł z migdałami

Fasolka żółta z bułką tartą

Brokuł z kalaflorem

Fasolka żółta z bułką tartą

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi z mięsem

Pierogi z kapustą i grzybami

Pierogi z serem

Pierogi z szpinakiem

Pierogi z mięsem

Kluski

Kopytka

Kluski

Kopytka

Kluski

Ziemniaki z koperkiem

Ziemniaki z koperkiem

Ziemniaki z koperkiem

Ziemniaki z koperkiem

Ziemniaki z koperkiem

Ziemniaki pieczone w ziołach

Ziemniaki pieczone w ziołach

Ziemniaki pieczone w ziołach

Ziemniaki pieczone w ziołach

Ziemniaki pieczone w ziołach

Ryż

Ryż pesto

Ryż

Ryż pesto

Ryż

Kasza bulgur

Kasza pęczak

Kasza bulgur

Kasza pęczak

Kasza bulgur

Kasza kus kus

Kasza gryczana

Kasza kus kus

Kasza gryczana

Kasza kus kus

Surówki

Surówka z kapusty pekińskiej

Surówka z kapusty włoskiej

Salata z śmietaną

Surówka z kapusty pekińskiej

surówka z kapusty włoskiej

Surówka z kapusty białej

Surówka z kapusty białej

Surówka z kapusty białej

Surówka z kapusty białej

Surówka z kapusty białej

Surówka z czerwonej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z czerwonej kapusty

surówka z buraków

Surówka z kapusty pekińskiej

Pomidory z cebulą

Mizeria

Pomidory z cebulą

Mizeria

Pomidory z cebulą

Surówka z kiszzonej kapusty

surówka z ogórka kiszzonego

Surówka z kapusty kiszzonej

Surówka z ogórka kiszzonego

surówka z kiszzonej kapusty

salata maślowa z rzodkiewką

Salatka grecka

Salatka hawajska

salata maślowa z rzodkiewką

Salatka grecka



Vegetarian