

**poniedziałek 14-10-2024**

**wtorek 15-10-2024**

**środa 16-10-2024**

**czwartek 17-10-2024**

**piątek 18-10-2024**

**Zupy**

Grochówka

Rosół z makaronem

Zupa fasolowa z kielbasą

Gulaszowa z fasolką

Zupa rybna na mleku kokosowym z curry i makaronem ryżowym

Zupa kalafiorowa

Pomidorowa z makaronem (veg)

Zupa dahl z czerwonej soczewicy (veg)

Krem z buraków czerwonych z chrzanem(veg)

Pieczarkowa (veg)

**Mięsa**

Kotlet mielony drobiowy w sosie pieczarkowym z rukolą

Panierowany filet z kurczaka

Gyros drobiowy

Chrupiący kurczak

Roladka drobiowa z fasolką szparagową

Kotlet schabowy

Kotlet mielony z cebulką

Świeżonka z cebulą

Makaron w sosie śmietankowym z boczkiem

Stek wieprzowy z mięsa mielonego w sosie musztardowym

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Udko kurczaka pieczone po hawajsku

Gyros drobiowy

Gyros drobiowy

Torilla z szarpaną wieprzowiną, grillowanymi warzywami, jalapeno i sosem słodko pikantnym

Stripsy z kurczaka

Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym

Pieczeń wieprzowa w sosie ziołowym

Chili con carne z gorzką czekoladą i świeżą kolendrą

Kurczak w teryaki

Żebra z czosnkiem i miodem

Filet z kurczaka farszerowany szpinakiem w sosie serowym

Smażona wątróbka z cebulą, jabłkiem i nutą majeranku

Devolay

**Ryby**

Miruna w cieście

Morszczuk w panko

Ryba saute z dipem jalapeno

Dorsz panierowany z sezamem

Miruna w cieście

Ryba z warzywami stir fry

Ryba saute z sosem tatarskim

Mintaj w chrupiącej panierce

Fishburger

Ryba po bombajsku w sosie curry

**Vegan**

Orientalne tofu w mleku kokosowym

Ciecierzycza w sosie curry z cukinią i papryką

Batat z brukselką na ostro

Orientalne warzywa w sosie słodko kwaśnym

Aromatyczna potrawka z soczewicy i batatów (veg)

**Vegetarian**

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Kotleciki warzywne z dipem czosnkowym

Cukinia panierowana (veg)

Ser panierowany w płatkach chilli

Enchilada z warzywami (veg)

**Warzywa**

Kapusta biała zasmażana z pomidorami

Fasolka w pomidorach

Kalafiorowe curry (veg)

Marchewka z groszkiem i dynią

Duet marchewkowy z sezamem

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z sezamem

Bukiet warzyw

Pieczarki w sosie teryaki

Pieczarki grillowane

Mieszanka warzyw na parze

Pieczarki w śmietanie

Brokuł i kalafior z bułką tartą

Kalafior z sezamem

Kalafior z sezamem

Buraczki na ciepło

Brokuły w sosie serowym

Kukurydza z masłem czosnkowym

Fasolka żółta z bułką tartą

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

Knedle ze śliwkami

Cepeliny z mięsem

Pierogi po zbójniku

Knedle ze śliwką

Pierogi z ziemniakami i pieczarkami

Kopytka

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka pietruszkowe

Kopytka ze szpinakiem

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

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**

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Frytki

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż z warzywami

Ryż

Kasza gryczana

Kasza pęczak

Kasza gryczana

Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

Kasza jęczmienna

Kus kus perłowy z pesto pietruszkowym

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kasza gryczana

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

**Surówki**

Surówka z białej kapusty, marchewki, koperku i jabłka

Surówka z białej kapusty, marchewki, koperku i jabłka

Surówka z białej kapusty, marchewki, koperku i jabłka

Surówka orientalna z białej kapusty

Coleślaw z czerwonej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z kalafiora i brokuła

Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym

Surówka z kapusty pekińskiej, ogórka i rzodkiewki

Surówka z kiszonych ogórków

**Salatki**

Salatka cesar (jajko, grzanki)

Salatka rodos

Salatka grecka

Salatka rodos

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka z mozzarellą

Salatka tajska z tofu

Salatka z gyrosem

Salatka grecka

Salatka z marynowaną ciecierzycą