

poniedziałek 18-11-2024

wtorek 19-11-2024

środa 20-11-2024

czwartek 21-11-2024

piątek 22-11-2024

Zupy

Kartoflanka z boczkiem
Barszcz czerwony(veg)

Graczołka
Zupa krem z jarzyn (veg)

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym
Szczawiowa z jajkiem (veg)

Kapuśniak
Krem szpinakowy z serem typu feta (veg)

Rosół z makaronem
Grzybowa (veg)

Mięsa

Kotlet schabowy / Stek wieprzowy z cebulką
Burger BBQ wołowy 100% (wołowina, boczek, pomidor, ser cheddar, cebula czerwona, sos bbq)
Filet z kurczaka w bulionie z warzywami (danie fit)

Filet drobiowy panierowany / Siekańce z warzywami

Kotlet schabowy panierowany w płatkach owsianych / Stek wieprzowy z grzybami

Stripsy z kurczaka / Drobiowy kotlet pożarski panierowany w migdałach

Kotlet schabowy / Kotlet mielony

Makaron penne z łososiem i brokułami

Stripsy z kurczaka

Kotlet mielony

Bryzol z indyka z pieczarkami (danie fit)

Filet z kurczaka zapiekany ze szpinakiem i serem

Gyros drobiowy

Schb pieczony z jabłkami (danie fit)

Sztuka mięsa z warzywami w rosole (danie fit)

Stek wieprzowy w sosie grzybowym

Karczek pieczony w sosie sliwkowym

Gulasz wieprzowy po węgiersku

Klopsiki wieprzowe w sosie pomidorowym

Pieczeń z karczku szpikowana śliwkami w sosie własnym

Filet z kurczaka duszony z cebulą, pieczarkami i tymiankiem

Szaszлык drobiowy z warzywami (danie fit)

Miruna w panku

Filet faszerowany szpinakiem

Filet w sosie kaparowym

Wątróbka drobiowa z cebulą

Mix mięs grillowanych

Orient

Curry z kurczakiem i cukinią

Mix mięs grillowanych

Kawałki kurczaka duszone z cukinią, cebulą i papryką

Bitki wieprzowe w sosie grzybowym

Makaron penne carbonara

Ryby

Miruna w panku

Wieprzowina vindaloo

Wieprzowina w sosie hoisin

Kurczak tandoori z kolendrą

Pikantna wieprzowina imbirowa

Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Miruna w cieście cytrynowo ziołowym

Fingersy rybne z sezamem

Morszczuk panierowany

Mintaj w chrupiącej panierce

Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Chrupiąca ryba w sosie słodkim chilli

Ryba z sałwą meksykańską

Ryba zapiekana z pomidorami, selerem naciowym i marchewką

Ryba po bombajsku w sosie curry

Vegan

Bigos z boczniakami i grzybami leśnymi

Kaszotto z pieczonym bakłażanem, pomidorami i rozmarynem

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

Leczo warzywne z ciecierzycą

Pikantny kalafior pieczony z harissą i syropem klonowym

Orientalny makaron z warzywami (veg)

Krokiety z kapustą i grzybami

Bakłażan zapiekany z serem i pomidorem(veg)

Pęczotto z dynią, jarmużem i selerem naciowym

Ser panierowany z żurawiną

Batat z orzechami i chilli

Ryż smażony tom yum

Makaron ryżowy z warzywami (veg)

Makaron po chińsku z warzywami na ostro

Tofu w sosie black pepper (veg)

Makaron w sosie grzybowym (veg)

Tortilla ze szpinakiem, serem typu feta i słonecznikiem (veg)

Gnocchi w sosie szpinakowym (veg)

Kotlet warzywny panierowany w panku

Makaron a la bolognese z soczewicą i warzywami(veg)

Leczo z cukinią i papryką

Serniki

Racuchy z jabłkami

Placuszki serowe z jabłkiem

Racuchy

Frittata z warzywami (veg)

Tajske curry z dynią, ciecierzycą i szpinakiem

Aromatyczny gulasz z batata i czerwonej fasoli (veg)

Warzywne curry

Kotlet warzywny

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane z serem feta

Warzywa grillowane z ziołami

Warzywa grillowane

Makaron ryżowy z warzywami

Kapusta zasmażana

Fasolka w pomidorach

Kalafior w sosie curry

Marchewka z groszkiem i kukurydzą

Duet marchewkowy z sezamem

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Brokuły ze słonecznikiem

Kalafior z sezamem

Bukiet warzyw

Pieczarki w sosie teryjaki

Pieczarki w śmietanie

Mieszanka warzyw na parze

Pieczarki w śmietanie

Kalafior z bułką tartą

Kalafior z sezamem

Kalafior z sezamem

Kukurydza z masłem czosnkowym

Brokuły w sosie serowym

Brukselka w sosie sweet chilli z sezamem

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

Warzywa

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi babuni

Pierogi z kaszą gryczaną boczkiem i grzybami

Pierogi z kapustą i grzybami

Pierogi z pieczoną dynią, wędzonym serem solankowym i czarnuszką

Pierogi ze szpinakiem

Kopytka

Kluski śląskie

Kopytka pietruszkowe

Kopytka

Kopytka

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

Ziemniaki z wody

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

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Ryż

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kasza gryczana z cebulą

Kasza bulgur z pomidorami i mięętą

Kasza jęczmienna

Kasza bulgur

Kasza gryczana

Kasza pęczak z warzywami

Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Dodatki

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z białej kapusty

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z buraków

Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kapusty pekińskiej z pomidorem i ogórkiem

Marchewka z jabłkiem

Marchewka z jabłkiem

Salata z rzodkiewką

Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą

Surówka z kiszonych ogórków z papryką i sosem musztardowo miodowym

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z białej rzodkwią i papryką

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka orientalna z białej kapusty

Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki

Marchewka z jabłkiem

Marchewka z jabłkiem

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówka z kapusty kiszonej

Surówka z buraków czerwonych z cebulą

Surówki

Salatka cesar (jajko, grzanki)

Salatka rodos

Salatka grecka

Salatka rodos

Salatka z paluszkami krabowymi

Salatka z kurczakiem

Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka ze szpinakiem i serem

Salatki



Vegetarian