

poniedziałek 02-12-2024

wtorek 03-12-2024

środa 04-12-2024

czwartek 05-12-2024

piątek 06-12-2024

Zupy

Tajska zupa tom kha kai z kurczakiem

Kartoflanka z boczkiem

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym

Zupa rybna z liśćmi limonki i mlekiem kokosowym

Rosół z makaronem

Kalafiorowa (veg)

Zupa krem z jarzyn (veg)

Szczawiowa z jajkiem (veg)

Krem szpinakowy z serem typu feta (veg)

Ogórkowa (veg)

Mięsa

Kotlet schabowy / Stek wieprzowy z cebulką  
Kotlet mielony po chłopsku w sosie grzybowym  
Klopsiki drobiowe w rosole z warzywami korzeniowymi (danie fit)

Filet drobiowy panierowany / Siekańce z warzywami  
Stripsy z kurczaka  
Południczki drobiowe w rosole z parowaną marchewką (danie fit)

Kotlet schabowy panierowany w płatkach owsianych / Stek wieprzowy z grzybami  
Kotlet mielony  
Sztuka mięsa z warzywami w rosole (danie fit)

Stripsy z kurczaka / Drobiowy kotlet pożarski panierowany w migdałach  
Bryzol z indyka z pieczarkami (danie fit)  
Stek wieprzowy w sosie grzybowym

Kotlet schabowy / Kotlet mielony  
Stek wieprzowy z cebulą  
Karczek pieczony w sosie sliwkowym

Orient

Makaron penne z łososiem i brokułami  
Południczki drobiowe w sosie szpinakowym  
Gulasz wieprzowy po węgiersku  
Udko w sosie kolendrowym

Makaron penne w sosie napoli z boczkiem  
Gołąbki leniwe w sosie pomidorowym  
Mix mięs grillowanych  
Orientalna wieprzowina z trawą cytrynową

Pieczęń z karczku szpikowana śliwkami w sosie własnym  
Filet w sosie kaparowym  
Wątróbka drobiowa z cebulą  
Kurczak tandoori z kolendrą

Udziec wieprzowy pieczony z kością  
Mix mięs grillowanych  
Bitki wieprzowe w sosie grzybowym  
Wieprzowina vindaloo

Klopsiki drobiowe z warzywami w rosole (danie fit)  
Ozory wieprzowe w sosie chrzanowym  
Makaron penne carbonara  
Kurczak na ostro z brokułami

Ryby

Miruna w panko  
Ryba z sosem wasabi i tartą białą rzodkiewką

Dorsz panierowany  
Chrupiąca ryba w sosie słodkim chilli

Dorsz w cieście piwnym  
Ryba z sałwą meksykańską

Morszczuk panierowany  
Ryba zapiekana z pomidorami, selerem naciowym i marchewką

Mintaj w chrupiącej panierce  
Ryba po grecku

Vegan

Aromatyczne thai curry z kalafiozem (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)

Makaron orientalny z warzywami na ostro

Batat 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, rodzyunki) (veg)

Toffu z warzywami słodko-kwaśne (veg)

Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką (veg)

Kotlet warzywny panierowany w panko

Zapiekanka wegetariańska z warzywami (veg)

Serucie

Racuchy z jabłkami

Racuchy z ananasem

Placuszki serowe z brzoskwinią

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

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 teryjaki

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

Warzywa

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi babuni

Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta

Pierogi po zbójnicku

Pierogi z pieczoną dynią, wędzonym serem solankowym i czarnuszką

Pierogi na słodko z serem

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 mięta

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 rzodkiewką 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

Salatki

Salatka cesar (jajko, grzanki)  
Salatka z kurczakiem

Salatka rodos  
Salatka meksykańska z kurczakiem

Salatka grecka  
Salatka z tuńczykiem i jajkiem

Salatka rodos  
Salatka z zielonej fasoli i orzechami

Salatka z paluszkami krabowymi  
Salatka ze szpinakiem i serem



Vegetarian