

Poniedziałek 30-09 -2024
Wtorek 01-10-2024
Środa 02-10-2024
Czwartek 03-10-2024 Festiwal ryb
Piątek 04-10-2024
Zupy

Grzybowa

Barszcz ukraiński z mięsem wieprzowym

Meksykańska

Grochówka

Gulaszowa

Zupa krem z kalafiora (VEG)

Pieczarkowa (veg)

Ogórkowa (veg)

Zupa pomidorowa z bazylią i czosnkiem (veg)

Kapuśniak z włoskiej kapusty z papryką (veg)

Mięsa

Filet z kurczaka w parmezanowe panierce

Schab w cebulowej panierce

Filet z kurczaka w cieście

Kotlet z karkówki panierowany z pieczarkami

Filet z kurczaka panierowany w płatkach owsianych

Stek wieprzowy z ogórkiem kiszonym i pomidorem zapieczony serem

Noga z kurczaka w sosie curry

Karczek pieczony w sosie chrzanowym

Udko z kurczaka musztardowo miodowe

Kotlet mielony w sosie pieczeniowo-śmietanowym

Klopsiki z indyka zapiekane pod beszamelem

Indyk pieczony z warzywami korzennymi w białym sosie

Kurczak w sosie pieczarkowym

Łopatka wieprzowa pieczona w pomidorach

Bitki wieprzowe w sosie grzybowym

Grillowany filet z kurczaka z sosem kurkowym z rukolą i pomidorkiem

Kawalki karkówki z cebulą i pieczarkami zapieczone w śmietanie

Kotleciki mielone wieprzowe z cukinią i kolorową papryką

Roladki faszerowane fasoka szparagową zieloną

Pulpety w sosie pomidorowo-paprykowym

Baba ziemniaczana z boczkiem i kielbasą

Krokiet z mięsem i serem

Burger wołowy w bułce typu brioché z roszponką, boczkiem, serem cheddar, chutney z dyni, sos mojonезowy, pestki dyni i słonecznika

Duszona wątróbka drobiowa z cebulą i tymiankiem

Roladka z kurczaka z bakłażanem i serem typu feta

Kurczak w orzechowym sosie curry

Wieprzowina barbecue z brokułami stir-fry

Filet z kurczaka imbirowo-cytrynowy z konfiturą z czerwonej cebuli

Żeberka po staropolsku ze śliwkami

Wieprzowina w sosie gorgonzola z warzywami

Danie low fat

Wolno gotowane udko kurczaka z kolorowymi warzywami

Roladka z kurczaka faszerowana marchwią w sosie własnym (kcal.181/100g)

Indyk duszony w kapuście z koperkiem (kcal.176/100g)

Dorsz duszony z cukinią i papryką

Kasza bulgur z ciecierzycą, czerwoną cebulą, kurczakiem i świeżym szpinakiem (kcal.270/100g)

Ryby

Miruna panierowana

Pulpety rybne w sosie cytrynowym

Morszczuk panierowany

Mix ryb panierowanych i pieczonych

Tilapia w tempurze

Ryba po węgiersku

Miętus panierowany

Makaron z lososiem, szpinakiem i serem feta

Makaron z lososiem, szpinakiem i serem feta

Ryba saute z sosem tatarskim

Vegan

Kotlet z bakłażana

Orientalna ciecierzycza z cebulą, pomidorami i cukinią (veg)

Fasola z ryżem w sosie pomidorowym z czosnkiem, imbirem i cynamonem(veg)

Leczo z fasolą mung i bakłażanem

Gulasz z kalafiora(cynamon,kumin,kolendra,orzeczy...)

Pieczona fasolka bbq(cząstki pieczonych ziemniaków)

Sajgonki z warzywami (veg)

Kotlety kalafiorowe (veg)

Makaron w sosie paprykowym z kolendra

Wegański shepherd's pie – zapiekanka z soczewicą

Wegański gularz z pieczonych warzyw

Zimowa caponada z selerem(kapary,orzeczy, oliwki)

Boczniki po azjatycku

Farfalle z pieczoną dynią, orzechami i serem typu feta (veg)

Bakłażan po egipsku (veg)

Warzywa z woka z sosem z sherry i anyżem

Krokiet z kapustą i grzybami

Ziemniak faszerowany(ser burak kopererek)

Lasagne ze szpinakiem (veg)

Orkiszowe naleśniki z leśnymi grzybami(veg)

Dyniowe curry z soczewicą

Zapiekanka:ziemniaki z cebulą pod kwaśną śmietaną z tofu

Razowy makaron ze śmietanowym sosem i kurkami

Lazanki z grzybami leśnymi i natką pietruszki (veg)

Grzybowe kaszoto z wędzonym tofu

Jabłko pieczone z miodem i orzechami włoskimi

Naleśniki z serem i brzoskwiniami

Placuszki cytrynowe z porzeczkami

Naleśniki z serem i kajmakiem

Placuszki na kefirze z owocami



Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Szpinak

Kapusta biała zasmażana z pomidorami

Pieczarki w sosie teryjaki

Brokuly w sosie curry

Marchew z groszkiem

Kapusta zasmażana z pieczarkami

Pieczarki w sosie serowym

Marchewka z groszkiem i kukurydzą

Buraczki na ciepło

Mini marchewka karmelizowana z tymiankiem

Buraczki na ciepło

Fasolka szparagowa mix

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Bukiet warzyw

Mieszanka warzyw z bułką tartą

Mix warzyw ze słonecznikiem

Fasolka żółta z bułką tartą

Mini marchewka karmelizowana z tymiankiem

Kalafior z bułką tartą

Brokuly ze słonecznikiem

Brukselka

Kalafior z brokułem i prażoną dynią

Brokuł i kalafior z bułką tartą

Brukselka

Duet marchewkowy z sezamem

Warzywa grillowane po turecku

Warzywa grillowane po włosku

Frytki warzywne (burak, pasternak,marchewka) z sosem serowym

Warzywa w cieście

Pierogi

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi ruskie

Pierogi z kapustą i grzybami

Pyzy z mięsem

Pierogi ze szpinakiem

Pierogi z szarpaną wołowiną

Pierogi z kapustą i grzybami

Dodatki

Kluski śląskie

Kopytka ze szpinakiem

Kluski śląskie

Kopytka dyniowe

Kluski śląskie

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Ziemniaki z wody z masłem koperkowym

Ziemniaki puree z chrzanem

Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem

Talerki ziemniaczane

Ziemniaki puree

Ziemniaki pieczone z rozmarynem

Frytki STEAKHOUSE

Ziemniaki puree z wasabi

Kasza bulgur z pomidorami i miętą

Kasza kuskus z warzywami (veg)

Ryż z pieczarkami

Kasza jaglana

Ryż brązowy

Ryż żółty z warzywami

Ryż dziki

Kasza bulgur po turecku

Ryż z pesto pietruszkowym

Kasza gryczana z cebulą

Kasza pęczak z groszkiem zielonym

Kasza gryczana

Kasza pęczak z brokułami szpinakiem i groszkiem

Kasza z leśnymi grzybami (veg)

Kasza pęczak w sosie pomidorowym z pietruszką

Surówki

Surówka z czerwonej kapusty i rzodkiewki

Surówka z kapusty pekińskiej

Surówka z białej i włoskiej kapusty z marchwią i jabłkiem

Surówka z selera z brzoskwiniami i rodzynekami

Surówka z białej kapusty, kiszonych ogórków i jabłka

Surówka z buraczków czerwonych z jogurtem

Kimchi z ogórka i marchewki

Surówka z buraków i ogórków

Surówka z kiszzonego ogórka, papryki i czerwonej cebuli

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z kapusty kiszzonej

Buraczki z cebulą

Surówka z marchewki z jabłkiem

Surówka z czerwonej kapusty z jabłkiem

Surówka z burakami, ciecierzycą i orzechami

Surówka z pora i groszku

Surówka z białej kapusty z papryką

Surówka z rzodkwi białej

Surówka z rzodkwi białej

Surówka z czerwonej kapusty z cebulą i majonezem

Surówka z selera

Surówka z kiszonych ogórków

Surówka z kapusty pekińskiej z porem

Surówka z białej kapusty z chrzanem

Sałatka szwedzka

Surówka z kapusty pekińskiej, groszku zielonego i pora

Surówka z marchewki z jabłkiem w śmietanie

Coleslaw z białej kapusty

Surówka z kapusty kiszzonej

Surówka z dyni pora i kukurydzy

Salatki

Sałatka hawajska (kurczak,ananas)

Sałatka z paluszkami krabowymi

Sałatka grecka

Sałatka z makaronem

Sałatka z makaronem i z brokułem

Sałatka pieczarkowa z jajem i zieloną fasolą

Sałatka z serem typu feta

Sałata masłowa ,rodziewka , ogórek

Sałatka fajita z grillowanym kurczakiem i papryką

Sałatka jogurtowa z gotowanym kurczakiem