

	Poniedziałek 27-01 -2025	Wtorek 28-01-2025	Środa 29-01-2025	Czwartek 30-01-2025 (Dzień kuchni Hiszpańsko-Portugalskiej)	Piątek 31-01-2025
Zupy	Gulaszowa	Rosół ze swojskiej kury z lanymi kuskami i warzywami	Kremowa zupa francuska z kurczakiem i szczypiorkiem	Zupa Lentchie z chorizo	Ribollita- toskańska zupa fasolowa
	Jarzynowa (veg)	Krem marchewkowy z imbirem, kardamonem i mlekiem kokosowym (veg)	Zupa krem z pomidorów (veg)	Zupa krem z dyni z mlekiem kokosowym (veg)	Pieczarkowa z makaronem (veg)
Mięsa	Filet z kurczaka w panierce kukurydzianej	Kotlet schabowy w tymiankowej panierce	Stek mielony wieprzowy z karmelizowaną cebulą	Cordon bleu z kurczaka po hiszpańsku z chorizo	Kotlet schabowy z pieczarkami
	Wątroбка drobiowa z karmelizowaną dynią i tymiankiem	Chrupiące podudzie z marynacie majonezowo-ketchupowej	Pikantne skrzydeltka buffalo	Hiszpańskie albondigas	Bajgle z konfitowaną kaczką, konfiturą z czerwonej cebuli, sałatą,azjatyckim BBQ, serem i piklami
	Kaczka orientalna z imbirem, pedami bambusa i orzechami ziemnymi	Wieprzowina pięć smaków	Gulasz wieprzowy po myśliwku	Eskałopki z indyka po hiszpańsku	Kurczak kung bao
	Bitki wieprzowe w sosie grzybowym	Filet drobiowy faszerowany w sosie pomidorowym	Karkówka z grillowanym bocznikiem	Paella z karkówką	Pałki z kurczaka w sosie BBQ
	Shoarma drobiowa z warzywami i serem	Pieczeń wieprzowa w sosie chrzanowym	Kurczak Generała Tso	Gulasz wieprzowy po hiszpańsku	Roladki z kurczaka ze szpinakiem i serem typu feta
	Żeberka pieczone w sosie własnym	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie pesto	Lasagne z mięsem na sosie pomidorowym zapieczona serem	Tortilla z grillowanym kurczakiem i świeżymi warzywami	Curry z kurczakiem, batatami ,fasolą białą i papryką
Danie low fat	Spaghetti razowe, suszony pomidor, karczochy, parmezan, szynka parma, białe wino	Roladka z kurczaka faszerowana marchwią w sosie własnym (kcal.181/100g)	Szasaży drobiowy z warzywami	Filet z kurczaka w rosole z kolorowymi warzywami	Parowane schabowe papiloty z warzywami
Ryby	Kotlet mielony z ryby	Tilapia panierowana z pestkami dyni	Pulpety rybne w sosie cytrynowym	Ryba zapiekana w pomidorach z oliwkami i świeżymi ziołami	Morszczuk w cieście paprykowym
	Morszczuk panierowany ze słonecznikiem	Ryba saute z dipem jalapeno	Dorsz panierowany	Dorsz duszony z cukinią i papryką	Ryba zapiekana ze szpinakiem i serem
Vegan	Fasolka po bretońsku (veg)	Batat faszerowany warzywami (veg)	Risotto z warzywami i świeżymi ziołami (veg)	Paella z warzywami (veg)	tort z tortilli z warzywami
	Kaszotto z kaszy bulgur z ciecierzycą, pieczarkami, suszonymi pomidorami, oliwkami i świeżą natką pietruszki (veg)	Aromatyczne thai curry z kalaflorem (veg)	Kotlety z kalafiora i kaszy jaglanej (veg)	Faszerowana cukiśnia komosą ryżową i warzywami (veg)	Schiacciata włoska z mozzarella, grillowanymi warzywami, sosem pomidorowym
	Curry z tofu i cieciorika (veg)	Pieczona dynia, bataty z brukselką i chilli (veg)	Makaron penne alla diavola (pomidory na ostro) (veg)	Enchilada po meksykańsku z soczewicą i warzywami (veg)	Falafel z jarmużem i jalapenio
	Gulasz z soczewicy z pieczonymi warzywami (veg)	Risotto z brązowego ryżu, z dynią, świeżym szpinakiem, i orzechami (veg)	Also gobi (kalafior, ziemniaki, pomidory, groszek)(veg)	Tumbet z Majorki	Potrawka z dyni, tofu, kolorowej papryki, ciecierzycy i mleka kokosowego (veg)
	Naleśniki szpinakowe z twarogiem	Curry z tofu i cieciorika (veg)	Kotlet jajeczny z ziemniakami i szczypiorkiem zapieczony serem (veg)	Tortilla de patatas z warzywami	Zapiekanka z ziemniakami,szpinakiem i serem typu feta (veg)
	Gofry z owocami	Placuszki na kefirze z owocami	Placuszki twarogowe	Churros z polewą czekoladową	Pancake z owocami
	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak
	Kapusta biała zasmażana z boczkiem	Pieczarki w sosie sojowym	Brokuły w sosie curry	Modra kapusta	Kapusta zasmażana z pieczarkami
	Marchewka z groszkiem i dynią	Ciecierzycza w sosie curry z warzywami	Pieczarki w Teriyaki	Brukselka karmelizowana w słodkim chilli i sezamem	Buraczki na ciepło
	Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem	Brukselka	Kalafior z bułką tartą	Brukselka	Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą
	Kalafior z sezamem	Mieszanka warzyw	Mieszanka warzyw orientalnych z czarnym sezamem	Mieszanka warzyw z prażonymi pestaki dyni	Jesienny mix warzyw z prażoną gorczycą
	Fasolka szparagowa mix	Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą	Bukiet warzyw	Fasolka mix	Mieszanka warzyw w sosie ziołowym
	Warzwaa grillowane po włosku	Warzwa na parze	Warzwaa grillowane po turecku	Brokuł z kalaflorem i kukurydzą	Warzwaa grillowane
Pierogi	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie	Pierogi ruskie
	Pielmieni z mięsem	Pierogi z kasczą i śliwkami	Pierogi z serem na słodko	Portugalskie rissois mięsne	Pierogi ze szpinakiem i serem typu feta
Dodatki	Kopytka	Kluski śląskie	Kopytka ze szpinakiem	Kluski śląskie	Kopytka dyniowe z masłem szalwiovym
	Ziemniaki z wody z masłem koperkowym	Ziemniaki puree	Ziemniaki z wody z masłem koperkowym	Purze ziemniaczane z aromatem truflii	Ziemniaki z wody
	Ziemniaki pieczone z czosnkiem i majerankiem	Ziemniaki pieczone z rozmarynem	Frytki STEAKHOUSE	Ziemniaki pieczone z rozmarynem	Frytki STEAKHOUSE
	Ryż	Kasza peczak z warzywami	Ryż szafranowy	Kasza bulgur z pomidorami suszonymi i pietruszką	Ryż z pesto
	Kasza peczak	Ryż żółty	Kasza gryczana	Ryż	Kasza kuskus z warzywami
	Kasza gryczana	Kasza gryczana z cebulą	Kasza bulgur	Kasza gryczana	Kasza peczak z groszkiem zielonym
Surówki	Salata sezonowa , pomidor , sos vinegret	Surówka indyjska (biała kapusta, orzeszki ziemne, marchewka)	Surówka z białej kapusty	Surówka z białej kapusty z kukurydzą i koperkiem w majonezie	Surówka z białej kapusty, kukurydzy i jabłka
	Surówka z pora, kapusty pekińskiej, groszku zielonego i iaiika	Surówka z ogórka z musztardą francuską	Surówka czosnkowa z ogórkiem kiszonym	Surówka z rzodkwi z mlekiem kokosowym	Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną
	Surówka z buraka ze słonecznikiem	Coleslaw z białej kapusty	Surówka z buraczków czerwonych z cebulą	Surówka z marchewki z jabłkiem	Surówka z czerwonej kapusty z brzoskwiniami i orzechami
	Surówka z marchewki z jabłkiem	Surówka z marchewki, jabłka i buraka	Surówka z brokuła i kalafiora z majonezem	Salatka a'la coleslaw z czerwonej kapusty	Surówka z rzodkwi białej z kukurydzą
	Surówka z czerwonej kapusty z ogórkiem, koperkiem i cebulą	Surówka z czerwonej kapusty z marchewka i rodzynkami	Surówka z kapusty pekińskiej z mini kolbami kukurydzy	Surówka z kapusty pekińskiej i pomarańczy	Salatka szwedzka
	Kimchi	Surówka z kapusty pekińskiej i białej rzodkwi	Surówka z dyni, marchewki i jabłek	Surówka z buraków z kaparami i żółtym serem w śmietanie	Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami
Salatki	Salatka grecka	Salatka wegetariańska	Salatka fajita z grillowanym kurczakiem i papryką	Salatka morska z tuńczykiem	Salatka z pora, szynki i selera
	Salatka meksykańska z kurczakiem	Salatka hawajska (kurczak,ananas)	Salatka diabelska na ostro	Salatka cesar (jajko, grzanki)	Salatka kus kus