

	poniedziałek 14.01.2018	wtorek 14.01.2019	środa 16.01.2019	czwartek 17.01.2019	piątek 18.01.2019
<b>IBMer's Lunch Zestaw Dnia 1</b>	Strogonoff z kurczaka z porem Ryż z pesto pietruszkowym Surówka z marchewki i pomarańczy	Wątróbka drobiowa ze szpinakiem i cukinią Ziemniaki z wody Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Gulasz wieprzowy po chłopsku Kasza pęczak z groszkiem zielonym Marchew z selerem	Kotlet drobiowy z czarnym pieprzem Ziemniaki z wody Surówka z marchewki z jabłkiem	Indyk w potrawce Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną
<b>Zestaw Dnia 2</b>	Kotlet mielony z zieloną soczewicą Ziemniaki pieczone Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Klopsiki wieprzowe z kapustą pekińską Ryż żółty Surówka z kapusty i majonezem	Roladki z mielonego mięsa drobiowego nadziewane warzywami Ziemniaki pieczone Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Wieprzowina z cukinią i pędami bambusa Ziemniaki pieczone Surówka z kapusty kiszzonej	Duszona wieprzowina w sosie curry Ziemniaki z wody Surówka z kapusty kiszzonej
<b>Zestaw Dnia 3 *** WEGETARIAŃSKI ***</b>	Bigos wegetariański(veg) Ziemniaki z wody	Kotlety z kalafiora i kaszy jaglanej (veg) Ziemniaki pieczone Surówka z kapusty pekińskiej i białej rzodkwi	Żółte curry z tofu , mango i świeżym szpinakiem ( veg) Ziemniaki z wody Coleslaw z białej kapusty z chrzanem	Paella z warzywami (veg) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą	Gulasz z ciecierzycą, dynią i brokułem (veg) Ryż z warzywami po włosku (veg) Surówka z białej kapusty, papryki konserwowej, marchwi i ogórka
<b>Grill - Live cooking</b>	Grillowany filet z kurczaka z marynowaną dynią i warzywami	Placek ziemniaczany po węgiersku	Chrupiąca pierś kurczaka z sosem z mango	Burger BBQ wołowy 100% (wołowina, boczek ,pomidor, ser cheddar, cebula czerwona, sos bbq)	Ryba grillowana z warzywami
<b>Danie FIT</b>	Gotowana pierś drobiowa faszerowana cukinią	Pieczony schab w marynacie jałowcowo-rozmarynowej z sosem kurkowym z nuta chilli	Filet z kurczaka z puree brokułowym	Roladki z karkówki z pieczarkami i szpinakiem	Gotowany filet z kurczaka faszerowany po polsku (warzywa)
<b>Zupy</b>	Rosół z makaronem Zupa pieczarkowa z ziemniakami i zielonym groszkiem (veg)	Grochówka Zupa krem jarzynowa z kaszą gyczaną (veg)	Żurek Wiejski Minestrone	Barszcz ukraiński Krem z pieczarek	Zupa kalafiorowo imbirowa z kurczakiem Zupa jarzynowa z kaszą (veg)
<b>Dania główne</b>	Strogonoff z kurczaka z porem Roladki drobiowe faszerowane fasolką szparagową i boczkiem Kotlet mielony z zieloną soczewicą Gulasz wieprzowy po cygańsku	Thai Larb z wieprzowną na ostro Wątróbka drobiowa ze szpinakiem i cukinią Klopsiki wieprzowe z kapustą pekińską Kąski z kurczaka w cieście piwnym	Gulasz wieprzowy po chłopsku Shoarma drobiowa z sosem czosnkowym Tortilla z kawałkami wieprzowiny na ostro Roladki z mielonego mięsa drobiowego nadziewane warzywami	Kotlet drobiowy z czarnym pieprzem Filet drobiowy panierowany Wieprzowina z cukinią i pędami bambusa Kawałki wieprzowiny panierowane w sezamie	Duszona wieprzowina w sosie curry Souvlaki z kurczaka, cebuli i papryki z sosem tzatziki Indyk w potrawce Schab panierowany
<b>Makarony</b>	Makaron z kurczakiem, pieczarkami i estragonem	Makaron penne z indykiem i szpinakiem	Makaron diavolo (pikantny)	Makaron świderki z kurczakiem w sosie szpinakowym	Makaron panang curry z kurczakiem i orzeszkami ziemnymi
<b>Ryby</b>	Tilapia w cieście ziołowym	Ryba zapiekana w porach	Ryba miruna z sosem czosnkowym	Miruna z pastą serowo-szpinakową	Morszczuk w sosie bernaise (koperkowym)
<b>Wegańskie</b>	Bigos wegetariański(veg)	Kaszotto gryczane z warzywami (veg)	Żółte curry z tofu , mango i świeżym szpinakiem ( veg)	Paella z warzywami (veg)	Gulasz z ciecierzycą, dynią i brokułem (veg)
<b>Wegetariańskie</b>	Gnocchi z pomidorkiem, rukolą i czarną oliwką (veg) Placuszki warzywne z dipem czosnkowym (veg.)	Tortilla z czerwoną soczewicą, papryką, marchewką i serem (veg) Kotlety z kalafiora i kaszy jaglanej (veg)	Krokiet z pieczarkami i serem żółtym (veg) Kaszotto z pieczonymi warzywami, pieczarkami i pestkami dyni (veg)	Kluseczki z masłem szalwiowym, dynią, rukolą i miksem prażonych pestek Placki ziemniaczane ze szpinakiem i serem typu feta (veg)	Ser panierowany w pikantnej panierce z płatkami owsianymi (veg) Kotlety z kaszy jęczmiennej z pieczarkami, słonecznikiem i natką pietruszki (veg)
<b>Różności</b>	Pierogi ruskie (8 szt.) Naleśniki z serem i jeżynami Naleśniki z jabłkami	Pierogi z bóbwiczkami (10szt.) Naleśniki z serem i brzoskwiniami Naleśniki z jabłkami	Pierogi z pieczarkami i ziemniakami Naleśniki z serem i malinami Naleśniki z jabłkami	Pierogi ze szpinakiem (8 szt.) Naleśniki z serem i truskawkami Naleśniki z jabłkami	Pierogi ruskie (8 szt.) Naleśniki z serem waniliowym i żurawiną Naleśniki z jabłkami
<b>Surówki / Sałatki</b>	Surówka z białej kapusty, papryki konserwowej, marchwi i ogórka Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki i pomarańczy Surówka z kapusty pekińskiej z marchewką Surówka z kapusty kiszzonej z dynią Sałatka sezonowa , pomidor , sos vinegret Sałatka grecka ucza (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser typu feta)	Surówka z kapusty i majonezem Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki i brzoskwini Surówka z kapusty pekińskiej z kielkami Surówka z kapusty pekińskiej i białej rzodkwi Sałatka z tuńczykiem Sałatka warzywna z cebulką granulowaną	Coleslaw z białej kapusty z chrzanem Surówka z buraków czerwonych z cebulą Marchew z selerem Surówka z kapusty pekińskiej z rukolą Surówka z kapusty kiszzonej Sałatka z serem wedzonym i szpinakiem Sałatka z tuńczykiem	Surówka z białej kapusty z koperkiem Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki z jabłkiem Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą Surówka z kapusty kiszzonej Sałatka hawajska (kurczak,ananas) Sałatka Wiosenna	Surówka z białej kapusty, papryki konserwowej, marchwi i ogórka Surówka z buraków czerwonych z cebulą Surówka z marchewki z chrzanem i śmietaną Surówka z pora i jablek Surówka z kapusty kiszzonej Sałatka z serem typu feta Sałatka meksykańska z kurczakiem
<b>Warzywa</b>	Szpinak Brokuły w sosie serowym Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą Marchew z groszkiem	Szpinak Duet marchewkowy z siemieniem lnianym Kalafior z czosnkiem, natką pietruszki i bułką tartą Pieczarki w śmietanie	Szpinak Warzywa na parze Kalafior z brokułem i prażoną dynią Marchew z groszkiem	Szpinak Glazurowana marchewka Brukselka Kapusta zasmażana z boczkiem	Szpinak Fasolka żółta z bułką tartą Bukiet warzyw Buraczki na ciepło
<b>Dodatki</b>	Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z pesto pietruszkowym Kopytka Kasza bulgur	Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż żółty Kluski śląskie Kasza jęczmienna	Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż dziki Kopytka ze szpinakiem Kasza pęczak z groszkiem zielonym	Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami Kluski śląskie Kasza gryczana z cebulą	Ziemniaki z wody Ziemniaki pieczone Frytki Ryż z warzywami po włosku (veg) Kopytka Kasza pęczak z zieloną fasolką i marchewką

