

	poniedziałek 14-01-2019	wtorek 15-01-2019	środa 16-01-2019	czwartek 17-01-2019	piątek 18-01-2019
<b>Zupy</b>	Zupa krem z marchewki z kolendrą(veg) Rosół z pulpecikami z indyka i makaronem	Kapuśniak z włoskiej kapusty z papryką (veg) Grzybowa	Zupa krem z pomidorów (veg) Kwaśnica na żeberkach	Zupa kalafiorowo pieczarkowa (veg) Zupa chrzanowa z szynką i jajkiem	Zupa dahl z czerwonej soczewicy (veg) Flaki
<b>Patelnia</b>	Makaron spaghetti z sosem bolońskim	Makaron chiński z kurczakiem i mango	Makaron carbonara	Makaron chow mein z woka z kawałkami indyka z sosem miodowo-sojowym	Makaron świderki z boczkiem i pieczarkami w sosie pomidorowym
<b>Dania główne</b>	Karczek pieczony w sosie własnym Grillowany filet z kurczaka z pomidorem i serem mozzarella	Schab po góralsku Karkówka w marynacie pikantno ziotowej	Majerankowe kotlety mielone Kurczak tikka masala	Karkówka w ostrej marynacie Rolada drobiowa z suszonymi pomidorami i serem feta	Schab duszony w sosie z leśnych grzybów Kotlet mielony
	Kotlet schabowy z pieczarkami	Pulpety w sosie pomidorowo-paprykowym	Kotlet schabowy po Szwajcarsku	Filet drobiowy z sosem kaparowym	Pieczone udka z kurczaka w sosie sojowo-imbirowym
	Udko z kurczaka w sosie BBQ	Filet z kurczaka w panierce	Pieczone udka z kurczaka w sosie sojowo-imbirowym	Kopty wołowe na sałacie	Nugetsy z sezamem
	Żeberka z sosie chińskim	Żeberka po staropolsku ze śliwkami	Karkówka z grilla z sosem po cygańsku	Schab duszony w sosie z leśnych grzybów	Chilli con carne
	Bitki wieprzowe w sosie pieprzowym	Kurczak po tajsku w zielonym sosie curry	Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem	Wieprzowina pięć smaków	Filet z kurczaka duszony z dynią , marchewką i rozmarynem
	Duszona cieciora z chorizo	Jambalaya z warzywami (veg)	Quesadilla z kurczakiem, szpinakiem i pieczarkami	Toffu z warzywami w sosie słodko-kwaśnym(veg)	Ryż smażony z jajkiem,warzywami i krewetką koktajlową
	Ryba po bombajsku w sosie curry	Ryba po grecku	Chrupiąca ryba w sosie słodko ostrym	Dorsz panierowany z sezamem	Morszczuk panierowany
	Tilapia panierowana	Miruna w panko	Tilapia z sosem salsa	Ryba zapiekana w porach	Klopsiki rybne z orzechami
<b>Wegańskie</b>	Ryż z warzywami po włosku (veg)	Bataty pieczone z rozmarynem (veg)	Mieszanka warzyw orientalnych z czarnym sezamem	Indyjskie kotlety z batatów i soczewicy (veg)	Pomidorowe curry z cukinią i cieciorą (veg)
<b>Dania wegetariańskie i jarzyny</b>	Tagine (batat, cukinia,ciecierzycza, rodzynki) (veg)	Ryż z chrupiącymi kawałkami ciecierzycy z brokułem, marchewką i cukinią (veg)	Kotlety jajeczne	Aromatyczne thai curry z kalafiolem (veg)	Neapolitańskie spaghetti ze szpinakiem i pomidorami
	Fasolka żółta z bułką tartą	Pieczarki w śmietanie	Pieczarki w śmietanie	Pieczarki w śmietanie	Kalafior z bułką tartą
	Marchewka na gęsto	Kapusta modra	Marchewka z groszkiem w śmietanie	Kapusta zasmażana	Pieczarki w śmietanie
	Szpinak duszony w śmietanie z czosnkiem	Szpinak duszony w śmietanie z czosnkiem	Szpinak duszony w śmietanie z czosnkiem	Szpinak duszony w śmietanie z czosnkiem	Szpinak duszony w śmietanie z czosnkiem
	Pieczarki z pietruszką	Buraczki zasmażane	Buraczki zasmażane	Buraczki zasmażane	Buraczki zasmażane
	Bukiet warzyw	Bukiet warzyw	Bukiet warzyw	Bukiet warzyw	Bukiet warzyw
	Pielnieni z mięsem	Pierogi ruskie	Pierogi ze szpinakiem	Pierogi po meksykańsku z mięsem	Pierogi z kapustą
<b>Dodatki</b>	Frytki	Frytki	Frytki	Frytki	Frytki
	Kopytka	Kluski śląskie	Kopytka	Kopytka ze szpinakiem	Kluski śląskie
	Kasza bulgur po turecku	Kasza jęczmienna z grzybami i cebulą	Kasza bulgur	Kasza pęczak	Kasza bulgur
	Kasza kuskus z warzywami (veg)	Kasza pęczak z warzywami	Kasza jagłana	Kasza jęczmienna	Kasza gryczana z cebulą
	Ryż z warzywami	Ryż dziki	Ryż żółty	Ryż z warzywami	Ryż z pieczarkami
	Ziemniaki z wody	Ziemniaki puree z marchewką	Ziemniaki z wody	Ziemniaki puree	Ziemniaki z wody
	Ziemniaki pieczone	Ziemniaki pieczone	Ziemniaki pieczone	Ziemniaki pieczone	Ziemniaki pieczone
	Placki ziemniaczane	Placki ziemniaczane	Placki ziemniaczane	Placki ziemniaczane	Placki ziemniaczane
<b>Surówki</b>	Surówka z białej kapusty i czerwonej rzodkiewki	Surówka z czerwonej kapusty	Surówka z czerwonej kapusty, majonezem i czosnkiem	Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną	Ogórek kiszony, papryka kolorowa i cebula
	Surówka z buraka ze słonecznikiem	Surówka z buraka ze słonecznikiem	Surówka z białej kapusty,kukurydzy, pora i natki	Surówka z buraka ze słonecznikiem	Surówka z kapusty pekińskiej, groszku zielonego i
	Surówka z marchewki z jabłkiem w śmietanie	Surówka z marchewki i ananasa	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z marchewki i ananasa	Surówka z marchewki i jabłka
	Surówka z kapusty kiszonej	Surówka z kalafiora i brokuła	Surówka z kapusty kiszonej	Ogórek kiszony	Surówka z selera
	Surówka z kapusty czerwonej z cebulą czerwoną	Surówka z pora i marchewki z jabłkiem w smietanie	Surówka z rzodkwi białej z kukurydzą	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki	Surówka z białej kapusty z koperkiem
	Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą	Surówka z białej kapusty	Surówka z selera	Brokuł z kalafiolem i ogórkiem	Brokuł z kalafiolem i ogórkiem
	Salatka z brokułów i czerwonej fasoli	Salatka z paluszkami krabowymi i selerem	Surówka z marchewki z żurawiną	Salatka z grillowanym kurczakiem i papryką	Surówka z fasoli zielonej, serem pleśniowym i orzechami
<b>Salatki</b>	Salatka grecka uczta (Pomidor, papryka, ogórek, czerwona cebula, ser feta)	Salatka z kurczakiem tandori	Salatka rodos	Salatka z zielonej fasoli i orzechami	Salatka gyros
	Salata mix z kolorową papryką	Salatka z zielonej fasoli i orzechami	Salatka z pora, szynki i selera	Salatka z rucolą, granatem, pomidorkami cherry i serem feta	Salatka grecka
	Salatka owocowa	Salatka z pomidorow koktajlowych i rukoli	Salata mix z kolorową papryką	Salatka z kurczakiem i warzywami w sosie curry	Salatka z jarmużem
	Salatka z jarmużem	Mix sałat z serem feta, pomidorem i ogórkiem	Salatka z brokuła, jajka, pomidorków koktajlowych i ogórka	Salatka z kaszą kus kus i ciecierzycą	Salatka wegetariańska