

MENU PUDEŁKO *lunch cafe*

STAŁE POZYCJE



KANAPKI

6,-

1. Kurczak, awokado, rukola, majonez
2. Ser brie, żurawina, rukola, majonez
3. Hummus, pieczone warzywa, rukola
4. Pieczony burak, marchew, ogórek, kielki groszku

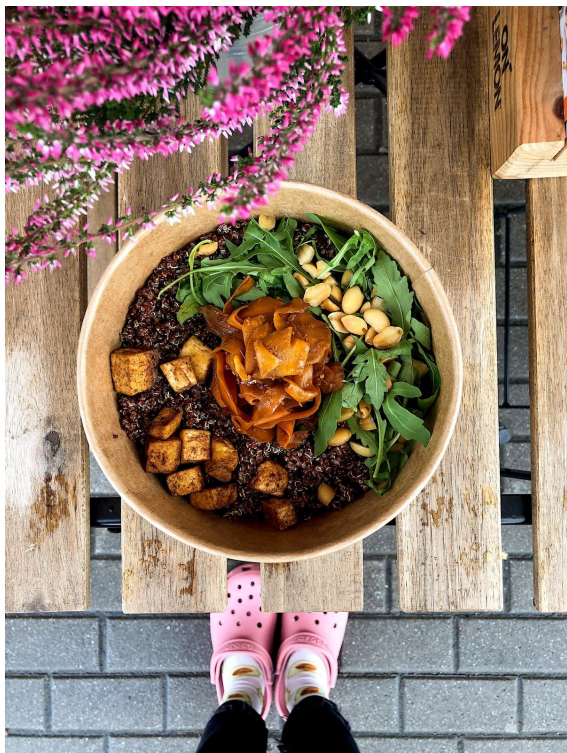
ŚNIADANIA

1. Domowa granola, jogurt naturalny, mus owocowy 8,-
2. Pajda chleba kukurydzianego, jajko w koszulce, twaróg, chips z bekonu, rukola, pomidorki koktajlowe, ogórek 12,-
3. Pankejk, jajko w koszulce, awokado, rukola, brzoskwinie 12,-
4. Komosa ryżowa, awokado, hummus, brzoskwinie, mini sałatka z pomidorkami koktajlowymi i sosem winegret 12,-



LUNCH CODZIENNIE INACZEJ 14,-

poniedziałek



1. Wegańska sałatka ze smażonym tofu, komosą ryżową i wstążkami marchewki z masłem orzechowym

2. Sałatka z grillowanym kurczakiem, ryżem, pieczonymi batatami, chipsem z jarmużu i sosem sojowo-sezamowym



wtorek

1. Sałatka z pieczoną dynią, orzechami włoskimi, kaszą pęczak, serem feta i świeżym szpinakiem

2. Sałatka z serem halloumi, komosą ryżową, pieczonymi warzywami i świeżą rukolą





środa

1. Sałatka z kurczakiem miodowo-musztardowym, chipsami z marchewki, pomidorkami koktajlowymi i sosem tysiąca wysp
2. Sałatka z brokułem smażonym z bakaliami, ryżem i tofu



czwartek

1. Sałatka z pieczonymi batatami, ciecierzycą, pomidorkami koktajlowymi, świeżą rukolą i sosem winegret
2. Grillowany filet z kurczaka po meksykańsku z ryżem, smażoną fasolą i świeżą salsą



piątek



1. Sałatka z serem halloumi, komosą ryżową, pieczonymi warzywami i sosem winegret
2. Sałatka z grillowanym kurczakiem, ryżem, pieczonymi batatami, chipsem z jarmużu i sosem sojowo-sezamowym



NA SŁODKO

- | | |
|----------------------------------|--------|
| 1. Brownie | 12,- |
| 2. Ciacho owsiane z żurawiną | 7,50,- |
| 3. Kokosanka | 2,50,- |
| 4. Drożdżówka z owocem lub serem | 5,- |

NAPOJE ZIMNE

- | | | |
|---|--------|------|
| 1. Świeżo wyciskany sok z pomarańczy | 250 ml | 10,- |
| 2. Smoothie owocowe | 250 ml | 10,- |
| 3. On lemon <i>limonka/rabarbar/yerbata</i> | 330 ml | 8,- |
| 4. Woda Kropla Beskidu <i>gaz/niegaz</i> | 330 ml | 6,- |