

	poniedziałek 29-07-2019	wtorek 30-07-2019	środa 31-07-2019	czwartek 01-08-2019	piątek 02-08-2019
Zupy	Rosół z makaronem	Zupa z kurczakiem, marchewką i groszkiem	Grochówka	Zupa chrzanowa z szynką i jajkiem	Żurek
	Zupa ze świeżych ogórków (veg)	Zupa turecka z soczewicy i kaszy bulgur	Pomidorowa z makaronem	Kapuśniak z młodej kapusty (veg)	Zupa wiosenna (veg)
Danie FIT	Gotowane kawałki indyka ze świeżym szpinakiem i mieszanką prażonych ziaren	Pieczony filet z indyka z blanszowanym jarmużem i kolorową papryką	Parowany filet z kurczaka z bobem, pomidorami i oliwkami z sosem jogurtowym	Roladki z piersi kurczaka ze szpinakiem i serkiem śmietankowym	Gotowane kawałki indyka ze świeżym szpinakiem i mieszanką prażonych ziaren
Dania główne	Sznyceł z kurczaka z jajkiem sadzonym	Chrupiące nuggetsy drobiowe marynowane w jogurcie	Strogonoff z polędwiczek drobiowych	Potrawka z kurczaka z kukurydzą	Kurczak po azjatycku
	Karkówka pieczona z warzywnym ragout	Klopsiki wieprzowe po azjatycku	Shoarma drobiowa z warzywami z sosem czosnkowym	Łazanki z boczkiem	Świeżonka wieprzowa z cebulą
	Kurczak duszony z cukinią, cebulą i papryką	Schab ze śliwką	Steki wieprzowe z grillowanymi warzywami	Kotlet schabowy w serowej panierce	Pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym
Makaron	Makaron po chińsku z kurczakiem	Makaron penne w sosie napoli z boczkiem	Tagliatelle z kurczakiem i brokułami	Makaron spaghetti z sosem bolońskim	Makaron all'arrabiata (z wieprzowiną na ostro)
Ryba	Mintaj panierowany z pestkami dyni	Chrupiąca ryba po chińsku z woka z warzywami	Dorsz w chrupiącej panierce na szpinaku	Morszczuk w panierce z kolorowym pieprzem	Miruna z serem
Wegetariańskie	Ciecierzycza po bretońsku z papryką (veg)	Leczo po węgiersku (veg)	Orientalna ciecierzycza z cebulą, pomidorami i cukinią (veg)	Gulasz z ciecierzycy w pomidorach (veg)	Kaszotto z pieczonymi warzywami, pieczarkami i pestkami dyni (veg)
	Ryż ze szparagami, pieczarkami i brokułami (veg)	Tortilla hiszpańska (ziemniak, szpinak, brokuł, cukinia) (veg)	Lasagne ze szpinakiem (veg)	Cukinia panierowana (veg)	Zapiekanka z kaszą bulgur, brokułem i koprem włoskim (veg)
Pierogi	Pierogi ruskie (8 szt.)	Pierogi zbójnickie, pikantne z serem i ziemniakami (8 szt.)	Pierogi z pieczarkami i ziemniakami	Pierogi ze szpinakiem (8 szt.)	Pierogi ruskie (8 szt.)
Na słodko	Naleśniki z waniliowym serkiem i orzechami	Naleśniki z serem i brzoskwiniami	Naleśniki z serem i malinami	Naleśniki z serem i truskawkami	Naleśniki z serkiem waniliowym i żurawiną
Surówki	Surówka z białej kapusty z chrzanem	Surówka z białej kapusty, pora, jabłka i marchewki	Surówka z białej kapusty, czerwoną fasolą i pieczarkami	Surówka z białej kapusty z papryką	Surówka z białej kapusty, kukurydzy, pora i natki pietruszki
	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z buraków czerwonych z cebulą	Surówka z buraków czerwonych z cebulą
	Mizeria ze śmietaną	Pomidory z cebulką	Salata ze śmietaną	Mizeria ze śmietaną	Pomidory w śmietanie
	Salatka mix (kukurydza, papryka, pomidor, ogórek)	Salatka z rukolą i dynią	Salatka zorrba (kapusta pekińska, oliwki czarne)	Salatka szpinakowa	Salatka włoska, pomidory, listki bazylii, seler naciowy, listki mięty
Salatka cesar (jajko, grzanki)	Salatka z kurczakiem i słonecznikiem	Salatka z burakiem (rukola, burak, ogórek, cebula czerwona, zielone winogrona)	Salatka kukurydziana z kolendrą	Salatka z serem typu feta	
Warzywa	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak	Szpinak
	Marchewka z groszkiem i dynią	Pieczarki w śmietanie	Kapusta młoda zasmażana	Marchew z groszkiem i bułką tartą	Buraczki na ciepło
	Bukiet warzyw z bułką tartą i słonecznikiem	Brokuły ze słonecznikiem	Warzywa na parze	Duet marchewki z bułką tartą i szczypiorkiem	Fasolka szparagowa zielona z bułką tarta z czosnkiem
	Brukselka	Fasolka szparagowa mix	Kalafior z bułką tartą	Fasolka żółta z bułką tartą	Bukiet warzyw
Dodatki	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody	Ziemniaki z wody
	Kasza pęczak	Kasza kuskus z warzywami (veg)	Kasza jęczmienna	Kasza bulgur	Kasza kuskus z warzywami (veg)
	Ryż z pesto pietruszkowym	Ryż żółty	Ryż dziki	Ryż z warzywami	Ryż żółty z kukurydzą, marchewką i groszkiem