

co na obiad?

	Dania obiadowe	Menu sałatkowe
Poniedziałek	Zupa: pomidorowa z makaronem	Sałatka meksykańska z ryżem, kurczakiem, czerwona fasola, papryka słodka i chili
	Danie mięsne: Kotlet drobiowy pożarski/ ziemniaki/ surówka/ sos curry	Sałatka z gruszką, szynką dojrzewającą i orzechami włoskimi/ sos balsamiczno- pomarańczowy
	Danie mięsne: Roladki schabowe nadziewane suszonymi pomidorami/ ziemniaki opiekane/ surówka z kapusty	Sałatka z buraczkami, ricottą, rukolą, orzechy włoskie/ sos pietruszkowo-miodowo- limonkowy
	Danie wegetariańskie: Pierogi z serem na słodko/ jogurt	
Wtorek	Zupa: koperkowa	Sałatka z makaronem, brokułami, szynką, ser żółty, kukurydza, szczypiorek
	Danie mięsne: Pierś z kurczaka pod pieczarkową pierzynką/ ziemniaki opiekane w ziołach/ surówka	Sałatka grecka- sałata lodowa, rzymska, ser feta, oliwki czarne, ogórek, pomidory, sos winegret
	Danie mięsne: Filet schabowy w cieście piwnym/ ziemniaki tłuczone/ warzywa gotowane	Sałatka nicejska
	Danie mięsne: Pierogi z mięsem/ surówka	
	Danie wegetariańskie: Naleśniki à la buritos	
Środa	Zupa: grochowa	Sałatka orientalna z indykiem, awokado, curry, papryką czerwoną
	Danie mięsne: Pieczone udziki z kurczaka w sosie na ostro/ pieczone ćwiartki ziemniaków/ marchewka z groszkiem zasmażana	Sałatka z awokado, jajka, ogórek, rukola, ser mozzarella, sos winegrette
	Danie mięsne: Kotleciki schabowe z paprykowym sosem/ ziemniaki tłuczone/ surówka	Sałatka ryżowa z wędzonym kurczakiem, ananasem, fasolą, kukurydzą
	Danie wegetariańskie: Quiche ze szpinakiem i pomidorami/mix sałat z sosem balsamicznym	
	Danie wegetariańskie: Pierogi leniwe/ surówka	
Czwartek	Zupa: brokułowa	Sałatka vege - rukola, roszponka, szpinak, tofu, pomidorki - sos jogurtowo-majonezowy
	Danie mięsne: Udko z kurczaka duszone ze śliwkami / ryż brązowy lub ziemniaki/ surówka	Sałatka gyros
	Danie mięsne: Bryzol wieprzowy z cebulką/ ziemniaki/ mizeria	Sałatka z wędzonym łososiem, mix sałat, marchewka, pomidor suszony, oliwki, dressing cytrynowo- miodowy
	Danie wegetariańskie: Naleśniki z ruskim nadzieniem i cebulką	
	Danie wegetariańskie: Pierogi z pieczarkami i mozzarellą	
Piątek	Zupa: rosolnik z ryżem i warzywami	Sałatka z kurczakiem, selerem naciowym, szpinak, pomidorki, orzechy nerkowca, ziarna słonecznika- sos na bazie oliwy z oliwek
	Danie mięsne: Dorsz pieczony z tymiankiem w sosie maślanym/ ziemniaki/ kapusta kiszona	Sałatka z kaszy bulgur, natka pietruszki, ogórek, cebula cukrowa, listki mięty, granat, sos cytrynowy z bazylią
	Danie mięsne: Gulasz wieprzowy z kopytkami/ zasmażane buraczki	Sałatka wiosenna, sałata, rzodkiew, szczypiorek, jajko gotowane, ogórki, cebula dymka, sos jogurtowy
	Danie wegetariańskie: Zapiekanka w stylu greckim z grochem i bakłażanem/ mix sałat z sosem tzatziki	
	Danie wegetariańskie: Pierogi ze szpinakiem/ sos jogurtowy	