



24.08-28.08.2020

PONIEDZIAŁEK

ZUPY:	Pomidorowa (1) Krem z dyni z imbirem (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Makaron pszenny z wieprzowiną i warzywami w sosie imbirowo-sezamowym
KUBEK FIT:	Z serem kozim, hummusem i komosą ryżową Z kurczakiem, gruszką i kaszą bulgur
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Meksykańska z mięsem wieprzowym
DESERY:	Deser jogurtowy z mango i truskawką (1) Tapioka wegańska z mango-marakuja (2) Ciasto marchewkowo-pomarańczowe (3) Owsianka wegańska ze śliwką (4)
POKE BOWL:	Z łososiem
FIT SPORT:	Ryż z glonami wakame, kurczak pieczony, kapusta gochugaru z olejem sezamowym, sos teriyaki
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serem białym i malinami
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Z kurczakiem, serem dor blu, rukolą, orzechami włoskimi i gruszką
HUMMUS:	Z falafelem
PIEROGI:	Szpinakowe, z mięsem
SAŁATKI:	Jarzynowa, tuńczykowa z serem
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, melon cantaloupe, winogrono
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem

WTOREK

ZUPY:	Ogórkowa (1) Tajska z krewetką (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Makaron ryżowy z kurczakiem i warzywami z masłem orzechowym po tajsku
KUBEK FIT:	Z cukinią, winogronem, pomidorkami cherry i kaszą kuskus Z kurczakiem, ananasem i czerwonym ryżem jaśminowym <u>NOWOŚĆ</u>
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Z mięsem drobiowym i szpinakiem
DESERY:	Deser piernikowy (1) Chia na mleku kokosowym z jagodami (2) Sernik z borówką (3) Owsianka wegańska z jeżynami (4)
POKE BOWL:	Z krewetką
FIT SPORT:	Kuskus z warzywami, kurczak grillowany, ciecierzycy curry, sos miętowy
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serem białym i wiśniami
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Ze szpinakiem i serem
HUMMUS:	Chilli con carne z nachosami i surówką
PIEROGI:	Ruskie, z kurczakiem i szpinakiem
SAŁATKI:	Krabowa, porowa z szynką
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, kiwi, granat
PITA:	Z kebabem drobiowym, z szarpaną wołowiną <u>NOWOŚĆ</u> , z hamburgerem

ŚRODA

ZUPY:	Szczawiowa z jajkiem (1) Pho (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Pad Thai z kurczakiem
KUBEK FIT:	Z serem śródziemnomorskim, ciemnym winogronem, komosą ryżową białą i czerwoną Z kurczakiem, burakiem, hummusem miętowym i kaszą pęczak
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Z mięsem wieprzowym
DESERY:	Tiramisu (1) Tapioka wegańska z truskawkami (2) Szarlotka (3) Owsianka ze śliwką (4)
POKE BOWL:	Z łososiem
FIT SPORT:	Bataty pieczone, kurczak grillowany, fasola z chilli i kolendrą, sos ziołowy
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serkiem waniliowym, bananem i białą czekoladą NOWOŚĆ
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Ze szpinakiem i serem
HUMMUS:	Z warzywami surowymi
PIEROGI:	Z pieczarkami i serem mimolette, wiejskie z serem i boczkiem
SAŁATKI:	Jarzynowa, z kaszą kuskus burakiem i skórką pomarańczową
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, melon cantaloupe, winogrono
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem

CZWARTEK

ZUPY:	Barszcz biały z jajkiem i kiełbasą (1) Tajska z kurczakiem (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Udon z kurczakiem i warzywami
KUBEK FIT:	Z melonem, serem śródziemnomorskim i komosą białą i czerwoną Z kurczakiem, fasolką edamame i kaszą kuskus
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Z mięsem drobiowym i pieczarkami
DESERY:	Deser waniliowy z ciasteczkami „oreo” i galaretką owocową (1) Wegańska tapioka czekoladowa z wiśnią (2) Ciasto kruche ze śliwką (3) Owsianka z jagodą i prażonymi ziarnami (4)
POKE BOWL:	Z krewetką
FIT SPORT:	Ryż z burakiem, kurczak grillowany, puree marchewkowe z imbirem, sos tzatziki
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serem białym i musem mango-marakuja
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Z kurczakiem, suszonymi pomidorami, pesto i mini mozzarellą NOWOŚĆ
HUMMUS:	Z warzywami pieczonymi
PIEROGI:	Z kapustą i grzybami, z mięsem
SAŁATKI:	Z suszonymi pomidorami i mini mozzarellą, warzywna z fasolką czerwoną i ogórkiem konserwowym
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, kiwi, granat
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem



PIĄTEK

ZUPY:	Ogórkowa (1) Krem pomidorowy z serem śródziemnomorskim (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Pad Thai z krewetką
KUBEK FIT:	Z mini mozzarellą i komosą ryżową Z kurczakiem, winogronem i kaszą kuskus
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z tofu NOWOŚĆ
QUESADILLA:	Z szarpaną wieprzowiną i marynowaną czerwoną cebulą NOWOŚĆ
DESERY:	Pina Colada (1) Tapioka wegańska ze świeżym ananasem i miętą (2) Tarta z bananami i słonym karmelem (3) Owsianka z borówką amerykańską (4)
POKE BOWL:	Z łososiem pieczonym
FIT SPORT:	Kuskus z ogórkiem i miętą, kurczak pieczony, suszone pomidory, oliwki, sos pesto
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serem białym i brzoskwinia
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Z pieczarkami, cukinią i serem mimolette NOWOŚĆ
HUMMUS:	Z falafelem
PIEROGI:	Ruskie z mięsem
SAŁATKI:	Ryba po grecku, kasza bulgur z pieczonym burakiem i serem śródziemnomorskim
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, melon cantaloupe, winogrono
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem