



31.08-04.09.2020

PONIEDZIAŁEK

ZUPY:	Pomidorowa (1) Krem z dyni z imbirem (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Makaron ryżowy z kurczakiem i warzywami w sosie orientalnym z liśćmi limonki
KUBEK FIT:	Z serem kozim, hummusem i komosą ryżową Z kurczakiem, gruszką i kaszą bulgur
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Z kurczakiem, szpinakiem, serem dor blu, orzechami włoskimi i gruszką
DESERY:	Petit z mascarpone, serkiem waniliowym, herbatnikami i kakao(1) NOWOŚĆ Tapioka z musem mango-marakuja (2) Brownie Owsianka wegańska ze śliwką
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:	Ze szpinakiem i serem
HUMMUS:	Z falafelem
PIEROGI:	Szpinakowe, z mięsem
SAŁATKI:	Jarzynowa, białecka
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, kiwi, granat
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem

WTOREK

ZUPY:	Ogórkowa (1) Tajska z krewetką (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Makaron pszenny z wieprzowiną i warzywami w sosie imbirowym
KUBEK FIT:	Z cukinią, winogronem, pomidorkami cherry i kaszą kuskus Z kurczakiem, ananasek i czerwonym ryżem jaśminowym NOWOŚĆ
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z krewetką
QUESADILLA:	Z mięsem drobiowym i szpinakiem
DESERY:	Deser z mascarpone, wiśnią i ciasteczkami czekoladowymi (1) Chia na mleku kokosowym z jagodami i ciasteczkami owsianymi (2) Wegańska chia na mleku migdałowym z jagodami (3) Szarlotka Owsianka wegańska z jeżynami
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 salsą pomidorową
PIEROGI:	Ruskie, z kurczakiem i szpinakiem NOWOŚĆ
SAŁATKI:	Krabowa, dziobakowa
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, melon cantaloupe, winogrono
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, 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:	Buenos Aires z pulpą marakuja (1) NOWOŚĆ Tapioka z truskawkami (2) Wegańska tapioka na mleku sojowym z truskawkami (3) Ciasto kruche ze śliwką Owsianka ze śliwką
POKE BOWL:	Z łososiem
FIT SPORT:	Bataty pieczone, kurczak grillowany, fasola z chilli i kolendrą, sos ziołowy
NALEŚNIKI SŁODKIE:	Z serem waniliowym, bananem i białą czekoladą NOWOŚĆ
NALEŚNIKI WYTRAWNE:	Ze szpinakiem i serem
HUMMUS:	Z warzywami pieczonymi
PIEROGI:	Z pieczarkami i serem mimolette, wiejskie z serem i boczkiem
SAŁATKI:	Jarzynowa, tabouleh z soczewicą
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, kiwi, granat
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem

CZWARTEK

ZUPY:	Krupnik na wieprzowinie (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, winogronem 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) Tapioka czekoladowa z wiśnią (2) Wegańska tapioka czekoladowa na mleku sojowym z wiśnią (3) Ciasto marchewkowo-pomarańczowe Owsianka z jagodą i prażonymi ziarnami
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:	Ze szpinakiem i serem
HUMMUS:	Chilli con carne z nachosami i salsą pomidorową
PIEROGI:	Z kapustą i grzybami, z mięsem
SAŁATKI:	Krabowa, kuskus z burakiem i skórką pomarańczową
KUBEK OWOCOWY:	Ananas, melon cantaloupe, winogrono
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem



PIĄTEK

ZUPY:	Barszcz biały z jajkiem i kielbasą (1) Krem pomidorowy z serem śródziemnomorskim (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Pad Thai z krewetką
KUBEK FIT:	Z mini mozzarellą i czerwonym ryżem jaśminowym <u>NOWOŚĆ</u> Z indykiem pieczonym, mango i kolorową komosą ryżową
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem, z tofu <u>NOWOŚĆ</u>
QUESADILLA:	Z szarpaną wieprzowiną i marynowaną czerwoną cebulą <u>NOWOŚĆ</u>
DESERY:	Deser jogurtowy z mango i truskawką (1) Tapioka z limonką, świeżym ananasem i miętą (2) Wegańska tapioka na mleku migdałowym z limonką, świeżym ananasem i miętą (3) Sernik z borówką Owsianka z borówką amerykańską
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:	Ze szpinakiem i łososiem
HUMMUS:	Z warzywami surowymi
PIEROGI:	Z serem z mięsem
SALATKI:	Ryba po grecku, warzywna z czerwoną fasolą i ogórkiem konserwowym
KUBEK OWOCOWY:	Jabłko, ananas, pomarańcza, melon cantaloupe, truskawka
PITA:	Z kebabem drobiowym, z kebabem wołowym, z hamburgerem