

Propozycja lunchy

Tydzień 1

Poniedziałek

- ❖ *Rosół z makaronem,*
- ❖ *Antrykot z kurczaka z ziemniakami opiekаныmi oraz surówką z warzywami,*
- ❖ *Gołąbek z kaszą gryczaną w sosie grzybowym,*

Salatka:

Salata lodowa, pomidory, papryka, ser feta, cebula czerwona,

Wtorek

- ❖ *Cebulowa z grzankami,*
- ❖ *Zrazy wieprzowe z kaszą gryczaną i buraczkami,*
- ❖ *Pierś z kurczaka zapiekana z suszonymi pomidorami, mozzarellą oraz kasza jaglana z surówką z kapusty pekińskiej,*

Salatka:

Mix sałat z wędzonym kurczakiem oraz pestkami słonecznika w sosie,

Środa

- ❖ *Kapuśniak ze słodkiej kapusty,*
- ❖ *Befsztyk z cebulką z ziemniakami oraz surówką z kiszonych ogórków,*
- ❖ *Indyk z grillowanymi warzywami z kuskusem,*

Salatka:

Makaron pełnoziarnisty z kiełkami oraz ogórkami słodkimi z serem fetą i kukurydzą,

Czwartek

- ❖ *Żurek z jajkiem i kiełbasą,*
- ❖ *Schab duszony w sosie śliwkowym z kluskami śląskimi i białą kapustą,*
- ❖ *Polędwiczka wieprzowa w sosie żurawinowym z pieczakiem oraz duszoną kapustą czerwoną,*

Salatka:

Salatka z paluszków krabowych,

Piątek

- ❖ *Barszcz ukraiński,*
- ❖ *Ryba mintaj zapiekana z warzywami z sosem cytrynowym oraz ziemniakami opiekanyymi,*
- ❖ *Naleśniki ze szpinakiem z pomidorami suszonymi oraz sosem czosnkowym,*

Salatka:

Salatka z tuńczyka, kukurydzy, sałaty lodowej i cebulki

Tydzień 2

Poniedziałek

- ❖ *Krem z brokuł z pestkami z dyni,*
- ❖ *Schabowy z ziemniakami z wody, kapusta zasmażana,*
- ❖ *Spagetti po bolońsku,*

Salatka:

Ryż z zielonym groszkiem, sezam, groszek zielony, ogórek, burak marynowany, sos musztardowy,

Wtorek

- ❖ *Zupa groszkowa z zacierkami,*
- ❖ *Naleśniki z warzywami z sosem bazyliowym,*
- ❖ *Bitki w sosie własnym, kasza gryczana, sałatka z ogorka kiszzonego,*

Salatka:

Grecka,

Środa

- ❖ *Pomidorowa z makaronem,*
- ❖ *Pieczeń wieprzowa w sosie borowikowym, kopytka, surówka z czerwonej kap.,*
 - ❖ *Placek węgierski,*

Salatka:

Orientalna z kuskusem, kurczakiem, anansem, rodzynkami i majonezem,

Czwartek

- ❖ *Krem z pora z grzankami,*
- ❖ *Gulasz wieprzowy z kaszą jaglana, surówka z białej kapusty,*
 - ❖ *Kotlet mielony, ziemniaki opiekane, buraczki,*

Salatka:

Chińska: makaron chiński, świeży ogórek, kukurydza, papryka ostra, sos,

Piątek

- ❖ *Zupa tajska- mleczko kokosowe, kurczak, warzywa,*
- ❖ *Kotlet mielony, ziemniaki z wody, marchewka z groszkiem,*
- ❖ *Kapust faszerowana w sosie pomidorowym, ziemniaki z wody,*

Salatka:

Z makreli: makrela wędzona, sałata lodowa, ogorek konserwowy, kukurydza , sos musztardowy,

Tydzień 3

Poniedziałek

- ❖ *Zupa kalafiorowa,*
- ❖ *Eskalopki wieprzowe w sosie pieczarkowym, kopytka, surowka z buraka*
 - ❖ *Pierś z kurczaka w sosie słodko-kwaśnym, ryż,*

Salatka makaronowa : makaron, szynka, kukurydza, papryka śwież , sos majonezowy,

Wtorek

- ❖ *Zupa z zielonej soczewicy z jarmużem,*
- ❖ *Karkówka w sosie własnym, kasza jaglana, bukiet,*
 - ❖ *Lasagne bolońska,*

Salatka:

Mix: salata lodowa, pomidor, świeży ogórek, czerwona cebula, sos vinegre,

Środa

- ❖ Zupa gulaszowa,
- ❖ Antrykot z kurczaka, ziemniaki z wody, surowka z marchewki,
- ❖ Kotlet pozarski, ziemniaki opiekane, surowka mix,

Sałatka:

świeży szpinak, gruszka, feta, sos miodowo-musztardowy,

Czwartek

- ❖ Biały barszcz z jajkiem,
- ❖ Schab grillowany z sosem czosnkowym, ziemniaki opiekane, surówka z pora
- ❖ Penne ze szpinakiem w sosie serowym,

Sałatka grecka,

Piątek

- ❖ Zupa staropolska : mix warzyw z boczkiem,
- ❖ Pulpety rybne w sosie koperowym, zimniaki puree, surówka z kiszanej kapusty,
- ❖ Kotlety ziemniaczane(4 szt), sos grzybowy,

Sałatka z tuńczyka : tuńczyk, ryż, kukurydza, szczypiorek. Sos majonezowy,

Tydzień 4

Poniedziałek

- ❖ Grochowka,
- ❖ Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie chrzanowym, ziemniaki z wody, brokuły,
- ❖ Piersz pananierowana w platkach kukurydzianych, ziemniaki opiekane, bukiety,

Sałatka z kurczakiem,- kurczak grillowany, sałata lodowa, świeży ogórek, kukurydza, pomidorki koktajlowe, sos vinegre

Wtorek

- ❖ Krem z marchewki z imbirem, pestki z dyni,
- ❖ Kurczak karry z warzywami, ryż długoziarnisty,
- ❖ Pulpeciki w sosie pieprzowym, kasza gryczana, surówka mix,

Sałatka makaronowa: makaron wstążki, boczek grillowany, ogórek konserwowy, sos czosnkowy,

Środa

- ❖ *Rosół z makaronem,*
- ❖ *Mintaj w cieście piwnym, ziemniaki opiekane, surówka z kap, kiszonej,*
- ❖ *Roladki z farszem serowo-ogórkowym, sos zapalany ciemny, kuskus, surówka z kap, pekińskiej,*

Salatka brokułowa : brokuły, pomidorki, jajko, kuurydza, sos majonezowy,

Czwartek

- ❖ *Kwaśnica z boczkiem,*
- ❖ *Kotlet siekany z pietruszką i cebulką, ziemniaki opiekane, surówka z czerwonej kapusty,*
- ❖ *Bitka drobiowa w sosie pieczarkowym, kasza jaglana, buraczki,*

Salatka:

roszponka, świeży ogórek, oliwki, pomidorki koktajlowe, sos miodowo-czosnkowy,

Piątek

- ❖ *Zupa rybna,*
- ❖ *Kotlet jajeczny, ziemniaki z wody, surówka z pora,*
- ❖ *Pierogi z serem (9 szt), sos śmietanowo – waniliowy,*

Salatka z kopru włoskiego, oliwki, pomarańczy, fety, sos oliwkowy

Jednostkowa cena za lunch (zupa i drugie danie): 14 zł

Salatki: mała – 6 zł, duża – 9 zł

Lunche dostępne są w sklepie garmazeryjnym w Otwocku ul. Powstańców Warszawy 4, lub w zamówieniu telefonicznym. Zamówienia składamy do godziny 16.00 dnia poprzedniego.

Dla zamówień powyżej 10 obiadów dowóz gratis!