

MENU

PONIEDZIAŁEK 26.01

BUŁKI&WRAPY

- Zapiekane bułeczki z salami, papryką, serem i jajkiem 598 kcal - **16,00 ZŁ**
- Ciabatta z musztardą, jajkiem i polędwicą sopocką z ogórkiem kiszonym 435 kcal - **13,00 ZŁ**
- Bułeczka z rukolą, camembert, konfiturą z żurawiny i tartymi orzechami włoskimi 408 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Bułka z mimolette, polędwicą i papryką konserwową 542 kcal - **15,00 ZŁ** NEW
- Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 350 kcal - **15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Jogurt+ mus mango marakuja + musli czekoladowe 300 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Kokosowa jaglanka z konfiturą z malin i płatkami migdałów 350 kcal - **10,00 ZŁ** ✓
- Mini omleczki na słodko z konfiturą jagodową i brzoskwinia 450 kcal - **13,00 ZŁ** ✓

OBIADY

- Indyk w sosie jogurtowo- koperkowym na kolorowym gnocchi z mizerią 550 kcal - **24,00 ZŁ**
- Pulpeciki sosie pieczeniowym + konfitura żurawinowa+tłuczone ziemniaki, groszek 450 kcal - **22,00 ZŁ**
- Mielone z puree ziemniaczanym i mizerią 500 kcal - **22,00 ZŁ**
- Wege nuggetsy z pieczonymi ziemniaczkami i dipem czosnkowym 750 kcal - **24,00 ZŁ** ✓
- Krokiety z mięsem z barszczykiem czerwonym 600 kcal - **22,00 ZŁ**
- Keto roladka z indyka z kozim serem w sezamie w sosie szpinakowym z orzeźwiającą sałatką 700 kcal - **25,00 ZŁ** **KETO**
- Makaron 4 sery 900 kcal - **22,00 ZŁ** ✓
- Makaron z mięsem mielonym wołowym, warzywami i parmezanem 500 kcal - **23,00 ZŁ**
- Pierogi z kapustą i grzybami 770 kcal - **17,50 ZŁ** ✓
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 700 kcal - **17,50 ZŁ** ✓
- Pierogi gyoza z wieprzowiną i warzywami + sos sojowy 450 kcal - **19,00 ZŁ**
- Naleśniki z powidłami śliwkowymi + krem mascarpone 900 kcal - **22,00 ZŁ** ✓
- Naleśniki z pieczarkami i goudą 550 kcal - **22,00 ZŁ** ✓

SALATKI

- Salatka z makaronem w pesto, kurczakiem i warzywami 550 kcal - **22,00 ZŁ**
- Salatka z ziemniakiem, bobem, wędzonym tofu + dressing jogurtowo-ziolowy 540 kcal - **22,00 ZŁ** ✓
- Salatka z mozzarellą, pomidorkami, oliwkami, suszonymi pomidorami +dressing pesto 552 kcal - **22,00 ZŁ** ✓

ZESTAW DNIA!

Mielone z puree ziemniaczanym i mizerią
+ Zupa **29,00 ZŁ**

NAPOJE

- Shake proteinowy Snickers 500 kcal - **12,00 ZŁ**
- Smoothie tropikalne [ananas, mango, marakuja, pomarańcza, banan] 300 kcal - **14,00 ZŁ**
- Smoothie czekoladowo-bananowe z nutą miętą 400 kcal - **13,00 ZŁ**

DESERY

- Malinowe serniczko-brownie 450 kcal - **11,00 ZŁ**
- Krem pistacjowy z kataifi +mascarpone+ truskawka 725 kcal - **15,00 ZŁ**
- Deser kinder country 550 kcal - **11,00 ZŁ**
- Panna cotta z kremem krówkowym, musem truskawkowym i orzeszkami solonymi 500 kcal - **12,00 ZŁ**

ZUPY

- Zupa meksykańska z dodatkiem kurczaka 250 kcal - **13,00 ZŁ**
- Zupa krem z buraczka z ziarnami 280 kcal - **11,00 ZŁ** ✓

ROLLS

- Spring rolls z krewetkami i warzywami + dip mango mięta 450 kcal - **19,00 ZŁ**
- Rollsy z kurczakiem i warzywami + sos musztardowo-miodowy 715 kcal - **19,00 ZŁ**

BURGER

- Burger w stylu drwala z żurawiną 800 kcal - **27,00 ZŁ**

MENU

WTOREK 27.01

BUŁKI&WRAPY

- Ciabatta z szarpanym kurczakiem bbq, ogórkiem świeżym i sałatką z czerwonej kapusty 501 kcal - **13,00 ZŁ**
- Paluch z pastą jajeczną, szczypiorkiem i ogórkiem kiszonym 390 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Bułeczka z ziarnami z masłem, sałatą, wędliną, serem żółtym i warzywami 520 kcal - **12,00 ZŁ**
- Bułeczka z chipsem z boczku, sałatą, serem i jajkiem sadzonym 686 kcal - **13,00 ZŁ**
- Schab "burger" 640 kcal - **16,00 ZŁ**
- Bułeczka z ziarnami z serkiem śmietankowym i łososiem 496 kcal - **14,00 ZŁ**
- Bułeczka z pesto, mozzarellą i suszonymi pomidorami 535 kcal - **13,00 ZŁ** ✓ NEW
- Wrap ze stripsami i sosem bbq 500 kcal - **15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Czekoladowa owsianka z duszoną śliwką z cynamonem 450 kcal - **11,00 ZŁ** ✓
- Jogurt+ frużelina z borówki + crunchy 350 kcal - **12,00 ZŁ** ✓

OBIADY

- Devolay z masłem podany z puree z ziemniaczków i buraczkami ćwikłowymi 700 kcal - **22,00 ZŁ**
- Papryka po meksykańsku faszerowana ryżem, kurczakiem i fasolą 375 kcal - **24,00 ZŁ** 🌶️🌶️
- Polędwiczki wieprzowe w sosie kurkowym z puree ziemniaczanym i buraczkami z chrzanem 500 kcal - **22,00 ZŁ**
- Indyk garam masala z ryżem 500 kcal - **22,00 ZŁ**
- Żeberko miodowo- musztardowe z pieczonymi ziemniakami i kapustą zasmażaną 826 kcal - **23,00 ZŁ** NEW
- Knedle ze śliwką 750 kcal - **21,00 ZŁ** ✓ NEW
- Wege sznycel z ziemniakami i mizerią 600 kcal - **20,00 ZŁ** ✓
- Makaron z sosem z pieczonej papryki 450 kcal - **21,00 ZŁ** ✓
- Czarny makaron w sosie maślano-czosnkowym z kurczakiem, parmezanem i pomidorkami 700 kcal - **23,00 ZŁ**
- Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 900 kcal - **17,50 ZŁ**
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 700 kcal - **17,50 ZŁ** ✓
- Pierozki gyoza z kurczakiem i warzywami + sos sojowy 350 kcal - **18,00 ZŁ**
- Naleśniki straciatella 780 kcal - **20,00 ZŁ** ✓
- Zielone naleśniki nadziewane szpinakiem i fetą + dip czosnkowy 750 kcal - **22,00 ZŁ** ✓

SALAATKI

- Salatka Cezar z kurczakiem 630 kcal - **22,00 ZŁ**
- Salatka z kaszą gryczaną, buraczkami gotowanymi, serem feta i dressingiem miodowo-musztardowym 550 kcal - **21,00 ZŁ** ✓
- Bowl z komosą ryżową, pieczonymi batatami, pomidorkami, awokado i jajkiem + dressing 800 kcal - **25,00 ZŁ** ✓

ZESTAW DNIA!

Devolay z masłem podany z puree z ziemniaczków i buraczkami ćwikłowymi + Zupa **29,00 ZŁ**

🔍 zdrowycatering.pl

Korzystamy ze świeżych składników, których dostępność może się zmieniać. Z tego powodu, menu może ulec zmianie.

NAPOJE

- Shake proteinowy a'la tiramisu 200 kcal - **12,00 ZŁ**
- Smoothie z owoców leśnych z dodatkiem miodu 200 kcal - **13,00 ZŁ**
- Koktajl mango lassi 300kcal - **13,00 ZŁ**

DESERY

- Serniczek na zimno z musem truskawkowym 200 kcal - **11,00 ZŁ**
- Mini pączki: pistacja, krówka, malina+budyń 350 kcal - **10,00 ZŁ**
- Pudding ryżowy z mascarpone i musem truskawkowym 360 kcal - **12,00 ZŁ** NEW
- Pistacjowe tiramisu 600 kcal - **13,00 ZŁ**

ZUPY

- Krupnik 300kcal - **11,00 ZŁ** ✓
- Pikantna zupa tajska podana z krewetkami i makaronem ryżowym 500 kcal - **22,00 ZŁ** 🌶️🌶️

BURGER

- Cheeseburger z wołowiną, cheddarem, ogórkiem konserwowym, pomidorem i sosem tysiąca wysp 550 kcal - **23,00 ZŁ**

ROLLS

- Spring rolls z kurczakiem i blanszowaną kapustą z marchewką + dip orzechowy 649 kcal - **19,00 ZŁ**
- Rollsy z wędzonym łososiem, szpinakiem i sosem koperkowym 667 kcal - **21,00 ZŁ**

MENU

ŚRODA 28.01

BUŁKI&WRAPY

- Bułeczka z szynką, jajkiem i ogórkiem kiszonym 378 kcal - **11,00 ZŁ** ✓
- Ciabatta caprese 520 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Ciabatta z serem śmietankowym, sałatą, bekonem i pomidorem 670 kcal - **14,00 ZŁ**
- Bułeczka ziarnista z hummusem paprykowym, pomidorkami, rukolą i szczypiorkiem 441 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Paluch z pastą jajeczną 370 kcal - **11,00 ZŁ** ✓
- Schab "burger" z colesławem 704 kcal - **16,00 ZŁ**
- Bułeczka z ziarnami z twarogiem, wędliną z indyka i papryką 380 kcal - **13,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Tarta serowa z pomidorem 355 kcal - **10,00 ZŁ** ✓
- Meksykańskie burrito z kurczakiem i warzywami 400 kcal - **15,00 ZŁ**
- Owsianka krówkowa z siemieniem, otrębami i żurawiną 450 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Jogurt naturalny bez cukru+ crunchy z czekoladą 300 kcal - **10,00 ZŁ** NEW ✓

OBIADY

- Lasagne z mięsem wołowo-wieprzowym w sosie beszamelowym z parmezanem 843 kcal - **22,00 ZŁ**
- Kurczak w żółtym sosie curry z ryżem basmati 400 kcal - **22,00 ZŁ** 🌶️
- Wątróbka w cebulce + tłuczone ziemniaczki + surówka 658 kcal - **20,00 ZŁ**
- Fit pierś z kurczaka na duszonych warzywach + gnocchi w pesto 663 kcal - **25,00 ZŁ** NEW
- Kotleciki serowo-jajeczne+ cząstki ziemniaka + mizeria 780 kcal - **21,00 ZŁ** ✓
- Noodle z krewetkami po koreańsku 600 kcal - **25,00 ZŁ**
- Spaghetti Bolognese z parmezanem w wersji wegetariańskiej 550 kcal - **21,00 ZŁ** ✓
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 700 kcal - **17,50 ZŁ** ✓
- Pierogi z mięsem z okrasą z cebulki 1000 kcal - **17,50 ZŁ**
- Pierogi gyoza z kaczka i warzywami + sos sojowy 300 kcal - **20,00 ZŁ**
- Naleśniki z nadzieniem po bolońsku 676 kcal - **22,00 ZŁ**
- Naleśniki z serem na słodko i polewą czekoladową 750 kcal - **18,00 ZŁ** ✓

SALAATKI

- Salatka z kurczakiem, filetemi pomarańczy, słonecznikiem i dressingiem miodowo-musztardowym 450 kcal - **23,00 ZŁ**
- Salatka grecka z fetą + vinegrette bazyliowy 600 kcal - **21,00 ZŁ** ✓
- Burrito bowl 600 kcal - **25,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Lasagne z mięsem wołowo-wieprzowym w sosie beszamelowym z parmezanem + Zupa **29,00 ZŁ**

🔍 zdrowycatering.pl

Korzystamy ze świeżych składników, których dostępność może się zmieniać. Z tego powodu, menu może ulec zmianie.

NAPOJE

- Proteinowy shake czekoladowy 350 kcal - **12,00 ZŁ**
- Smoothie porzeczkowe 350 kcal - **14,00 ZŁ** NEW
- Smoothie mango, ananas, pomarańcza, truskawka 150 kcal - **14,00 ZŁ**

DESERY

- Ciasto marchewkowe z kremową polewą 650 kcal - **10,00 ZŁ**
- Deser Caffé Latte 860 kcal - **14,00 ZŁ**
- Orzechowy krem z kajmakiem na kakaowym spodzie z frużeliną z jagód 700 kcal - **12,00 ZŁ**
- Tiramisu truskawkowe 400 kcal - **12,00 ZŁ**

ZUPY

- Zupa koperkowa z jajkiem 280 kcal - **12,00 ZŁ** ✓
- Rosół z tortellini z mięsem 498 kcal - **14,00 ZŁ**

BURGER

- Burger z serem panierowanym, rukolą i żurawiną 600 kcal - **23,00 ZŁ** ✓

ROLLS

- Spring rolls [kurczak/wołowina/warzywa] + dip orzechowy 400 kcal - **16,00 ZŁ**
- Rollsy z sałatą, szynką i serem 751 kcal - **18,00 ZŁ**

MENU

CZWARTEK 29.01

BUŁKI&WRAPY

- Ciabatta z polędwicą sopocką, mazdamerem i pomidorem 550 kcal - **13,00 ZŁ**
- Bułka z ziarnem z z serkiem chrzanowym i warzywami 410 kcal - **12,00 ZŁ** NEW
- Bułeczka z chipsem z boczku, sałatą, serem i jajkiem sadzonym 700 kcal - **15,00 ZŁ**
- Bułeczka z ziarnami z pastą z tuńczyka i papryką 500 kcal - **13,00 ZŁ**
- Paluch z szarpanym kurczakiem teriyaki i colesławem 480 kcal - **14,00 ZŁ**
- Bułeczka wiejska z szynką i jajkiem 469 kcal - **12,00 ZŁ**
- Schab "burger" 640 kcal - **16,00 ZŁ**
- Burrito z wołowiną 450 kcal - **16,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Jogurt+crunchy+duszone śliwki 550 kcal - **14,00 ZŁ** NEW
- Owsianka a'la szarlotka 400 kcal - **11,00 ZŁ** NEW

OBIADY

- Indyjski butter chicken podany z ryżem 600 kcal - **22,00 ZŁ**
- Strogonow wołowo- wieprzowy z kopytkami i buraczkami z chrzanem 582 kcal - **23,00 ZŁ** NEW
- Kotlet z kurczaka z ziemniakami w mundurkach i korniszonkami 350 kcal - **22,00 ZŁ**
- Gulasz curry z tofu z pomarańczową nutą + ryż 750 kcal - **20,00 ZŁ** NEW
- Kotleciki z mintaja w sezamie w sosie koperkowym + puree ziemniaczane i buraczki 557 kcal - **22,00 ZŁ**
- Keto lasagne z cukini z sosem bolognese 500 kcal - **24,00 ZŁ**
- Tagliatelle w sosie śmietanowo-parmezanowym z brokułem i kurczakiem 800 kcal - **23,00 ZŁ**
- Makaron taco z wołowiną 700 kcal - **24,00 ZŁ**
- Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 900 kcal - **17,50 ZŁ**
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 700 kcal - **17,50 ZŁ** NEW
- Pierogi gyoza z kurczakiem i warzywami + sos sojowy 350 kcal - **18,00 ZŁ**
- Naleśniki z serem, cukinią i serem żółtym 700 kcal - **22,00 ZŁ** NEW
- Naleśniki bounty 970 kcal - **18,00 ZŁ** NEW

SALATKI

- Salatka z makaronem, suszonymi pomidorami, pieczarkami marynowanymi, mozzarellą + dressing 500 kcal - **21,00 ZŁ** NEW
- Salatka meksykańska z kurczakiem 450 kcal - **21,00 ZŁ**
- Salatka z jajkiem, bekonem, pomidorkami i kukurydzą + dressing 750 kcal - **21,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Kotlet z kurczaka z ziemniakami w mundurkach i korniszonkami
+ Zupa **29,00 ZŁ**

zdrowycatering.pl

Korzystamy ze świeżych składników, których dostępność może się zmieniać.
Z tego powodu, menu może ulec zmianie.

NAPOJE

- Shake proteinowy rafaello z maliną 300 kcal - **12,00 ZŁ**
- Koktajl brzoskwiowo- truskawkowy 300 kcal - **12,00 ZŁ**
- Smoothie truskawkowe z chia 300 kcal - **12,50 ZŁ**

DESERY

- Makowiec japoński 300 kcal - **12,00 ZŁ** NEW
- Deserek szarlotka z karmelizowanymi orzechami 320 kcal - **10,00 ZŁ**
- Proteinowa tapioka z nutellą śliwkową i orzechami laskowymi 300 kcal - **11,00 ZŁ**
- Deser leśny mech 450 kcal - **11,00 ZŁ**

ZUPY

- Meksykańska zupa z dynią, kurczakiem i kukurydzą 320 kcal - **12,00 ZŁ** NEW
- Zupa krem z pieczarek 250 kcal - **10,00 ZŁ** NEW

BAO BAO

- Bułeczki bao bao z szarpanym kurczakiem bbq, surówką z czerwonej kapusty, ogórkiem i sezamem 700 kcal - **25,00 ZŁ**

ROLLS

- Rollsy z kurczakiem i warzywami + sos musztardowo-miodowy 715 kcal - **19,00 ZŁ**

MENU

PIĄTEK 30.01

DZIEŃ ROGALIKA

BUŁKI&WRAPY

Bułeczka z salami, goudą, grillowanymi pieczarkami i dipem pomidorowym 580 kcal - **15,00 ZŁ** NEW

Bułeczka z kremowym serkiem, łososiem i majonezem 490 kcal - **14,00 ZŁ**

Ciabatta z masłem, rukolą, goudą wędzoną, pomidorem i pieprzem 540 kcal - **13,00 ZŁ** ✓

Schab "burger" z colesławem 704 kcal - **16,00 ZŁ**

Bułka z ziarnami z pasztetem z dipem chrzanowym i ogórkiem kiszonym 591 kcal - **12,00 ZŁ** ✓

Paluch z pastą jajeczną 370 kcal - **11,00 ZŁ** ✓

Słodki rogal z twarożkiem i dżemem 435 kcal - **11,00 ZŁ**

Słodki rogal z nutellą 630 kcal - **11,00 ZŁ** NEW ✓

Słodki rogal z kremem pistacjowym 610 kcal - **11,00 ZŁ** NEW ✓

Wrap ze stripsami, sałatą i dipem aioli 600 kcal - **16,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

Tarta z cukinią, porem i papryką 330 kcal - **9,00 ZŁ** ✓

Pistacjanka z płatkami migdałów 550 kcal - **12,00 ZŁ** ✓

Jogurt+ mus malinowy+ musli 309 kcal - **11,00 ZŁ** ✓

OBIADY

Mintaj w panierce z ziemniaczkami i kiszoną kapustą 437 kcal - **24,00 ZŁ**

Schabowy z ziemniakami w mundurkach i kapustą zasmażaną 370 kcal - **22,00 ZŁ**

Placki z gotowanych ziemniaków z sosem pieczarkowym 462 kcal - **22,00 ZŁ** ✓

Cukinia zapiekana po meksykańsku w wersji wege 415 kcal - **24,00 ZŁ** ✓

Czarny makaron w sosie maślanym z krewetkami, pieczonymi pomidorkami koktajlowymi i natką pietruszki 600 kcal - **26,00 ZŁ**

Penne w sosie śmietanowo-cukiniowym z łososiem i fasolką szparagową 670 kcal - **25,00 ZŁ**

Pierogi z kapustą i grzybami 770 kcal - **17,50 ZŁ** ✓

Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 700 kcal - **17,50 ZŁ** ✓

Szpinakowe pierożki gyoza z warzywami + sos sojowy 300 kcal - **18,00 ZŁ** ✓

Naleśniki z twarożkiem chrzanowym, szpinakiem i papryką 710 kcal - **23,00 ZŁ** ✓

Naleśniki z prażonym jabłkiem i sosem toffi 615 kcal - **18,00 ZŁ** ✓

SALATKI

Salatka z krewetkami, jajkiem, warzywami i dressingiem pomarańczowym 500 kcal - **24,00 ZŁ**

Salatka z tortellini ze szpinakiem i ricottą, suszonymi pomidorami, parmezanem+ oliwa bazyliowa 600 kcal - **22,00 ZŁ** ✓

Salatka z pieczoną dynią, indykiem, fetą i pestkami dyni + dressing balsamiczny 700 kcal - **24,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Mintaj w panierce z ziemniaczkami i kiszoną kapustą
+ Zupa **32,00 ZŁ**

NAPOJE

Proteinowy shake pistacjowy 500 kcal - **14,00 ZŁ**

Smoothie z wiśni, malin i jagód 300 kcal - **15,00 ZŁ**

Witaminowe smoothie [pomarańcza, banan, szpinak, imbir, chia] 220 kcal - **12,00 ZŁ**

DESERY

Sernik limonkowy z matchą na czekoladowym spodzie 350 kcal - **9,00 ZŁ**

Panna cotta z dodatkiem musu wiśniowego 300 kcal - **12,00 ZŁ**

Deser malinowy z kremem kokosowym na kruchym spodzie 460 kcal - **12,00 ZŁ**

Deser dubajski czekolada 700 kcal - **16,00 ZŁ**

ZUPY

Grzybowa zupa krem z borowikami 200 kcal - **15,00 ZŁ** ✓

Curry ramen z mleczkiem kokosowym z krewetkami 350 kcal - **27,00 ZŁ**

Krem ogórkowy z prażonymi ziarnami słonecznika 260 kcal - **11,00 ZŁ** ✓

Keto zupa cheeseburgerowa podana ze skwarkami z boczku 460 kcal - **18,00 ZŁ** KETO

BURGER/BAO BAO

Burger wołowy z grillowanym serkiem górskim, bekonem i konfiturą z żurawiny 685 kcal - **25,00 ZŁ**

Bułeczki bao bao białe czarne z krewetkami, warzywami po koreańsku, sosem chilli majo i kolendrą 820 kcal - **26,00 ZŁ** 🌶️🌶️

ROLLS

Rollsy z krewetką w panko i sosem sweet chilli 590 kcal - **20,00 ZŁ** 🌶️🌶️

🔍 zdrowycatering.pl

Korzystamy ze świeżych składników, których dostępność może się zmieniać.
Z tego powodu, menu może ulec zmianie.