

PONIEDZIAŁEK 16.03

BULKI&WRAPY

Paluch z cheddarem, kurczakiem i sosem amerykańskim 548 kcal **-14,00 ZŁ**

Bajgiel Cezar 625 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch z kurczakiem bbq, ogórkiem kiszonym i cebulką prażoną 425 kcal **-13,50 ZŁ** NEW

Bułka ziarnista z jajkiem na twardo, szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem tatarskim 486 kcal **-13,00 ZŁ** NEW ✓

Schab "burger" 652 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch jasny klasyk- szynka, ser żółty, warzywa 478 kcal **-13,00 ZŁ** NEW

Ciabatta z kurczakiem miodowo musztardowym, rukolą i pomidorem 497 kcal **-14,00 ZŁ**

Bułka z salami z sosem czosnkowym, oliwkami, sałatą, ogórkiem kiszonym i kielkami 713 kcal **-12,00 ZŁ**

Paluch ziarnisty z pastą jajeczną i kielkami 403 kcal **-12,50 ZŁ** ✓

Buleczka z ziarnami z pesto bazyliowym, grillowanymi warzywami i mozzarellą 564 kcal **-14,00 ZŁ** NEW ✓

Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 373 kcal **-14,00 ZŁ** NEW

Longer ze stripsami i sosem czosnkowym 556 kcal **-15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

Jogurt z mussem truskawkowym+ granolą 386 kcal **-11,00 ZŁ** ✓

Owsianka z konfiturą malinową, polewą czekoladową

i płatkami migdałów 467 kcal **-12,00 ZŁ** NEW ✓

Szakszuka podana z pieczywem 370 kcal **-15,00 ZŁ** ✓

OBIADY

Schabowy po góralsku + ziemniaki + kapusta zasmażana 583 kcal **-22,00 ZŁ**

Kotlet szwajcarski, purée, marchewka z groszkiem 714 kcal **-24,00 ZŁ** NEW

Stripsy z kurczaka z opiekany ziemniaczkami i surówką 694 kcal **-23,00 ZŁ**

Kurczak po seczuańsku z ryżem 543 kcal **-22,00 ZŁ**

Kieszonka z kurczaka nadziewana szpinakiem i fetą
+ puree ziemniaczane + colesław 620 kcal **-22,00 ZŁ**

Płacki ziemniaczane z gulaszem węgierskim 753 kcal **-22,00 ZŁ**

Kopytka w sosie z suszonych pomidorów z dodatkiem mozzarelli i rukoli 704 kcal **-20,00 ZŁ** NEW ✓

Wege kotleciki z kalafiora z puree ziemniaczanym z groszkiem

i surówką z marchewki i jabłka 410 kcal **-19,00 ZŁ** NEW ✓

Kurczak w sosie serowym z brokułem i pieczarkami z ryżem kalafiorowym 872 kcal **-25,00 ZŁ** NEW KETO

Makaron z sosem alfredo z pieczonymi pomidorkami 810 kcal **-19,00 ZŁ** ✓

Lasagne z mięsem wołowo-wieprzowym w sosie beszamelowym z parmezanem 843 kcal **-22,00 ZŁ**

Pierogi z serem na słodko + śmietana 1036 kcal **-17,50 ZŁ** ✓

Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 1003 kcal **-17,50 ZŁ**

Pierogi gyoza z kurczakiem i warzywami 394 kcal **-18,00 ZŁ**

Naleśniki z serkiem waniliowym i ciasteczkami Oreo 864 kcal **-18,00 ZŁ** NEW ✓

Naleśniki z pieczarkami i goudą 570 kcal **-22,00 ZŁ** ✓

SALATKI

Salatka z kurczakiem, smażoną kukurydzą, papryką i winegretem bazyliowym 523 kcal **-24,00 ZŁ**

Salatka makaronowa z roszponką, pomidorkami, ogórkiem, kulkami mozzarelli i prażoną cebulką+dressing 784 kcal **-22,00 ZŁ** ✓

Bowl z komosą, burakiem, fetą, pomarańczą,

pestkami dyni + krem balsamiczny 423 kcal **-25,00 ZŁ** ✓

ZESTAW DNIA!

Schabowy po góralsku + ziemniaki + kapusta zasmażana + Zupa **29,00 ZŁ**

Q zdrowycatering.pl

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



NAPOJE

Proteinowy shake pistacjowy 424 kcal **-14,00 ZŁ**

Smoothie tropikalne [ananas, mango, marakuja,
pomarańcza, banan] 255 kcal **-13,00 ZŁ**

Smoothie truskawkowe z chia 288 kcal **-12,50 ZŁ**

DESERY

Porzeczkowy serniczek na spodzie z herbatników 368 kcal **-10,00 ZŁ**

Deserek kinder 352 kcal **-12,00 ZŁ**

Deser orzechowy z mascarpone 520 kcal **-11,00 ZŁ**

Pistacjowe tiramisu 595 kcal **-13,00 ZŁ**

Keto deser sernikowy z mussem truskawkowym 612 kcal **-12,00 ZŁ**

ZUPY

Zupa tom yum z kurczakiem

i makaronem ryżowym 394 kcal **-16,00 ZŁ**

Zupa pieczarkowa z ziemniakami 247 kcal **-12,00 ZŁ** NEW ✓

ROLLS

Rollsy z krewetką w panko

i sosem sweet chilli 571 kcal **-20,00 ZŁ**

Spring rolls [kurczak/wołowina/warzywa]

+ dip orzechowy 439 kcal **-19,00 ZŁ**

WTOREK 17.03

BUŁKI&WRAPY

- Paluch z cheddarem, kurczakiem i sosem amerykańskim 548 kcal **-14,00 ZŁ**
- Bajgiel Cezar 625 kcal **-16,00 ZŁ**
- Paluch z kurczakiem bbq, ogórkiem kiszonym i cebulką prażoną 425 kcal **-13,50 ZŁ** NEW
- Bułka ziarnista z jajkiem na twardo, szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem tatarskim 486 kcal **-13,00 ZŁ** NEW
- Schab "burger" 652 kcal **-16,00 ZŁ**
- Paluch jasny klasyk- szynka, ser żółty, warzywa 478 kcal **-13,00 ZŁ** NEW
- Ciabatta z kurczakiem miodowo musztardowym, rukolą i pomidorem 497 kcal **-14,00 ZŁ**
- Bułka z salami z sosem czosnkowym, oliwkami, sałatą, ogórkiem kiszonym i kielkami 713 kcal **-12,00 ZŁ**
- Paluch ziarnisty z pastą jajeczną i kielkami 403 kcal **-12,50 ZŁ**
- Buleczka z ziarnami z pesto bazyliowym, grillowanymi warzywami i mozzarellą 564 kcal **-14,00 ZŁ** NEW
- Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 373 kcal **-14,00 ZŁ** NEW
- Longer ze stripsami i sosem czosnkowym 556 kcal **-15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Jogurt z musem wiśniowym + granola 340 kcal **-12,00 ZŁ**
- Owsianka milky way 280 kcal **-12,00 ZŁ**
- Pancakes z sosem toffie i owocami 700 kcal **-16,00 ZŁ**

OBIADY

- Kurczak po hawajsku podany z ryżem i warzywami 514 kcal **-22,00 ZŁ** NEW
- Chicken karahe po indyjsku z ryżem 515 kcal **-22,00 ZŁ**
- Kotlet z kurczaka w panierce z puree ziemniaczanym i korniszonkami 419 kcal **-23,00 ZŁ**
- Leniwe z masłem i bułką tartą 713 kcal **-20,00 ZŁ**
- Smażony ser po czesku z pieczonymi ziemniakami i sosem tatarskim nowe 760 kcal **-22,00 ZŁ**
- Klopsiki wieprzowe w sosie grzybowym, surówka i puree keto 524 kcal **-22,00 ZŁ** NEW KETO
- Tagliatelle z krewetkami w sosie pomidorowym z mascarpone 672 kcal **-25,00 ZŁ**
- Penne z kurczakiem w sosie śmietanowo- ziołowym 773 kcal **-22,00 ZŁ**
- Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 1003 kcal **-17,50 ZŁ**
- Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 840 kcal **-17,50 ZŁ**
- Pierogi gyoza z wieprzowiną i warzywami + sos sojowy 509 kcal **-19,00 ZŁ**
- Naleśniki z kapustą i grzybami 620 kcal **-20,00 ZŁ**
- Naleśniki z twarogiem truskawkowym 719 kcal **-20,00 ZŁ** NEW

SALATKI

- Salatka z ziemniakiem, bobem, wędzonym tofu + dressing jogurtowo-ziołowy 519 kcal **-22,00 ZŁ**
- Salatka drwała [pomidor, ogórek konserwowy, kurczak, boczek, gouda, prażona cebulka, dip] 700 kcal **-22,00 ZŁ**
- Poke bowl z łososiem teriyaki 721 kcal **-25,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Kotlet z kurczaka w panierce z puree ziemniaczanym 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 a'la tiramisu 235 kcal **-12,00 ZŁ**
- Smoothie z owoców leśnych z dodatkiem miodu 191 kcal **-13,00 ZŁ**
- Smoothie z mango, bananem i pomarańczą 297 kcal **-11,00 ZŁ**

DESERY

- Sernik limonkowy z matchą na czekoladowym spodzie 315 kcal **-10,00 ZŁ**
- Krem pistacjowy z kataifii +mascarpone+ malina 726 kcal **-15,00 ZŁ**
- Czekoladowa tapioka z pomarańczą i wiórkami czekolady 282 kcal **-14,00 ZŁ**
- Deser Caffé Latte 861 kcal **-14,00 ZŁ**

ZUPY

- Zupa pomidorowa z makaronem muszelki 276 kcal **-11,00 ZŁ** NEW
- Kapuśniaczek z kielbaską 233 kcal **-11,00 ZŁ**

ROLLS

- Rollsy z kurczakiem i warzywami + sos musztardowo-miodowy 612 kcal **-19,00 ZŁ**
- Spring rolls (kurczak/ wołowina/ krewetka) + sos słodko-pikantny 319 kcal **-19,00 ZŁ**

PRZEKĄSKI

- Mini sajgonki z warzywami z dipem słodko- pikantnym 456 kcal **-12,00 ZŁ**

ŚRODA 18.03

BULKI&WRAPY

Paluch z cheddarem, kurczakiem i sosem amerykańskim 548 kcal **-14,00 ZŁ**

Bajgiel Cezar 625 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch z kurczakiem bbq, ogórkiem kiszonym i cebulką prażoną 425 kcal **-13,50 ZŁ** NEW

Bułka ziarnista z jajkiem na twardo, szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem tatarskim 486 kcal **-13,00 ZŁ** NEW ✓

Schab "burger" 652 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch jasny klasyk- szynka, ser żółty, warzywa 478 kcal **-13,00 ZŁ** NEW

Ciabatta z kurczakiem miodowo musztardowym, rukolą i pomidorem 497 kcal **-14,00 ZŁ**

Bułka z salami z sosem czosnkowym, oliwkami, sałatą, ogórkiem kiszonym i kielkami 713 kcal **-12,00 ZŁ**

Paluch ziarnisty z pastą jajeczną i kielkami 403 kcal **-12,50 ZŁ** ✓

Bułeczka z ziarnami z pesto bazyliowym, grillowanymi warzywami i mozzarellą 564 kcal **-14,00 ZŁ** ✓ NEW

Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 373 kcal **-14,00 ZŁ** NEW

Longer ze stripsami i sosem czosnkowym 556 kcal **-15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

Jogurt straciatella + granola 473 kcal **-11,00 ZŁ** ✓

Owsianka a'la kinder 413 kcal **-12,00 ZŁ** ✓

Pudding chia z musem mango - marakuja 330 kcal **-12,00 ZŁ** ✓

OBIADY

Pulpeciki z indyka z goudą i papryką konserwową w sosie pieczeniowym

z puree z ziemniaczków i koperku + ogórek kiszony 415 kcal **-23,00 ZŁ**

Chili sin carne z ryżem 588 kcal **-20,00 ZŁ**

Wątróbka w cebulce + tłuczone ziemniaczki + ogórek kiszony 619 kcal **-20,00 ZŁ** NEW

Strogonow wieprzowy z kaszą gryczaną i buraczkami 661 kcal **-22,00 ZŁ** NEW

Devolay z serem i pieczarkami podany z puree z ziemniaczków

z koperkiem i mizerią 592 kcal **-23,00 ZŁ**

Kurczak korma z ryżem 850 kcal **-22,00 ZŁ**

Keto kofty w sosie porowym + pieczone warzywa i puree brokułowe 569 kcal **-23,00 ZŁ** NEW **KETO** ✓

Makaron po tokańsku z kurczakiem 739 kcal **-23,00 ZŁ** NEW

Spaghetti w czerwonym pesto z pieczonymi pomidorkami i burratą 722 kcal **-23,00 ZŁ** ✓

Czarny makaron w sosie maślanym z łososiem, pieczonymi pomidorkami koktajlowymi

i natką pietruszki 845 kcal **-26,00 ZŁ**

Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 1003 kcal **-17,50 ZŁ**

Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 840 kcal **-17,50 ZŁ** ✓

Pierogi gyoza z wołowiną 410 kcal **-20,00 ZŁ**

Naleśniki z serem na słodko i polewą czekoladową 761 kcal **-18,00 ZŁ** ✓

Naleśniki z jajkiem, goudą i tuńczykiem 817 kcal **-22,00 ZŁ**

SALATKI

Salatka z makaronem, krewetkami koktajlowymi i warzywami 437 kcal **-25,00 ZŁ**

Salatka meksykańska z kurczakiem 437 kcal **-23,00 ZŁ**

Salatka z kuskusem perłowym, warzywami

+dip curry 630 kcal **-22,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Devolay z serem i pieczarkami podany z puree z ziemniaczków z koperkiem i mizerią
+ Zupa **29,00 ZŁ**

Q zdrowycatering.pl

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

NAPOJE

Proteinowy shake czekoladowy 313 kcal **-12,00 ZŁ**

Smoothie truskawkowo-malinowe 278 kcal **-13,00 ZŁ**

Koktajl mango lassi 306 kcal **-13,00 ZŁ**

DESERY

Szarlotka 300 kcal **-10,00 ZŁ**

Tiramisu krówkowe z prażonymi migdałami 517 kcal **-12,00 ZŁ**

Krem mascarpone z pieczoną brzoskwinia

i owsianą kruszonką 485 kcal **-12,00 ZŁ**

Czekoladowa panna cotta z frużeliną malinową 492 kcal **-13,00 ZŁ**

ZUPY

Pikantna zupa tajska podana z kurczakiem

i makaronem ryżowym 529 kcal **-18,00 ZŁ**

Zupa krem z buraczka z ziarnami 284 kcal **-11,00 ZŁ** ✓

ROLLS

Rollsy z kurczakiem i warzywami

+ sos musztardowo-miodowy 612 kcal **-19,00 ZŁ**

Spring rolls (kurczak/ wołowina/ krewetka)

+ sos słodko-pikantny 319 kcal **-19,00 ZŁ** 🌶️

BURGER/BAO BAO

Bułeczki bao bao z szarpanym kurczakiem bbq, surówką

z czerwonej kapusty, ogórkiem i sezamem 682 kcal **-25,00 ZŁ**

Burger a'la cezarski 582 kcal **-22,00 ZŁ**

CZWARTEK 19.03

BUŁKI&WRAPY

- Paluch z cheddarem, kurczakiem i sosem amerykańskim 548 kcal **-14,00 ZŁ**
- Bajgiel Cezar 625 kcal **-16,00 ZŁ**
- Paluch z kurczakiem bbq, ogórkiem kiszonym i cebulką prażoną 425 kcal **-13,50 ZŁ** NEW
- Bułka ziarnista z jajkiem na twardo, szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem tatarskim 486 kcal **-13,00 ZŁ** NEW
- Schab "burger" 652 kcal **-16,00 ZŁ**
- Paluch jasny klasyk- szynka, ser żółty, warzywa 478 kcal **-13,00 ZŁ** NEW
- Ciabatta z kurczakiem miodowo musztardowym, rukolą i pomidorem 497 kcal **-14,00 ZŁ**
- Bułka z salami z sosem czosnkowym, oliwkami, sałatą, ogórkiem kiszonym i kielkami 713 kcal **-12,00 ZŁ**
- Paluch ziarnisty z pastą jajeczną i kielkami 403 kcal **-12,50 ZŁ**
- Buleczka z ziarnami z pesto bazyliowym, grillowanymi warzywami i mozzarellą 564 kcal **-14,00 ZŁ** NEW
- Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 373 kcal **-14,00 ZŁ** NEW
- Longer ze stripsami i sosem czosnkowym 556 kcal **-15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

- Jogurt+ mus mango marakuja + musli czekoladowe 296 kcal **-11,00 ZŁ**
- Owsianka a'la szarlotka 413 kcal **-11,00 ZŁ**

OBIADY

- Schabowy zapiekany z serem + grillowane pieczarki, pieczone ziemniaczki, ogórek kiszony 408 kcal **-22,00 ZŁ**
- Curry z kurczaka z ryżem 651 kcal **-23,00 ZŁ**
- Kotlet po lwowsku z puree ziemniaczanym i marchewką z groszkiem 759 kcal **-22,00 ZŁ** NEW
- Kurczak po tajsku w sosie słodko kwaśnym podany z makaronem ryżowym 530 kcal **-22,00 ZŁ**
- Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z puree ziemniaczanym 710 kcal **-22,00 ZŁ**
- Kotleciki serowo-jajeczne+ puree ziemniaczane + mizeria 670 kcal **-21,00 ZŁ**
- Spaghetti Bolognese z parmezanem 557 kcal **-23,00 ZŁ**
- Rigatoni w sosie romesco z burratą i bazylią 738 kcal **-23,00 ZŁ**
- Keto roladka z indyka z kozim serem w sezamie w sosie szpinakowym z orzeźwiającą sałatką 688 kcal **-25,00 ZŁ** KETO
- Zielone pierogi z kurczakiem z dipem czosnkowym 1003 kcal **-17,50 ZŁ**
- Pierogi z serem na słodko + śmietana 1036 kcal **-17,50 ZŁ**
- Pierogi gyoza [warzywa/kurczak]1 + sos sojowy 379 kcal **-19,00 ZŁ**
- Naleśniki z porem, cukinią i serem żółtym 698 kcal **-22,00 ZŁ**
- Naleśniki z kremem mascarpone i konfiturą z malin 940 kcal **-20,00 ZŁ**

SALATKI

- Salatka z jajkiem, bekonem, pomidorkami i kukurydzą+ dressing 762 kcal **-22,00 ZŁ**
- Salatka z kaszą gryczaną, buraczkami, serem feta, pomarańczą i dressingiem miodowo-musztardowym 558 kcal **-21,00 ZŁ**
- Poke bowl z kurczakiem bbq 761 kcal **-25,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym z puree ziemniaczanym
+ 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 o smaku ciastka 257 kcal **-11,00 ZŁ**
- Smoothie mango, ananas, pomarańcza, truskawka 174 kcal **-13,00 ZŁ**
- Smoothie porzeczkowe z miodem i miętą 284 kcal **-13,00 ZŁ**

DESERY

- Sernik bez laktozy na mleku kokosowym z musem tropikalnym 263 kcal **-12,00 ZŁ**
- Kremowy deser z mascarpone z mandarynkami i biszoptami 438 kcal **-14,00 ZŁ**
- Pudding chia z konfiturą z borówki amerykańskiej 312 kcal **-14,00 ZŁ**
- Deser dubajski czekolada 725 kcal **-16,00 ZŁ**

ZUPY

- Zupa tom yum z krewetkami i makaronem ryżowym 368 kcal **-22,00 ZŁ**
- Krem z ogórka kiszonego z ryżem 338 kcal **-11,50 ZŁ**
- Zupa z tortellini i kielbasą 700 kcal **-14,00 ZŁ**

ROLLS

- Spring rolls z kurczakiem i blanszowaną kapustą z marchewką + dip orzechowy 649 kcal **-19,00 ZŁ**
- Rollsy z kurczakiem i warzywami + sos musztardowo-miodowy 612 kcal **-19,00 ZŁ**

BURGER

- Burger bbq [wołowina, cheddar, chips z boczku, pomidor, prażona cebulka] 608 kcal **-23,00 ZŁ**

PIĄTEK 20.03

BUŁKI&WRAPY

Paluch z cheddarem, kurczakiem i sosem amerykańskim 548 kcal **-14,00 ZŁ**

Bajgiel Cezar 625 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch z kurczakiem bbq, ogórkiem kiszonym i cebulką prażoną 425 kcal **-13,50 ZŁ** NEW

Bułka ziarnista z jajkiem na twardo, szczypiorkiem, kielkami rzodkiewki i sosem tatarskim 486 kcal **-13,00 ZŁ** NEW

Schab "burger" 652 kcal **-16,00 ZŁ**

Paluch jasny klasyk- szynka, ser żółty, warzywa 478 kcal **-13,00 ZŁ** NEW

Ciabatta z kurczakiem miodowo musztardowym, rukolą i pomidorem 497 kcal **-14,00 ZŁ**

Bułka z salami z sosem czosnkowym, oliwkami, sałatą, ogórkiem kiszonym i kielkami 713 kcal **-12,00 ZŁ**

Paluch ziarnisty z pastą jajeczną i kielkami 403 kcal **-12,50 ZŁ**

Buleczka z ziarnami z pesto bazyliowym, grillowanymi warzywami i mozzarellą 564 kcal **-14,00 ZŁ** NEW

Wrap z kurczakiem, warzywami i sosem czosnkowym 373 kcal **-14,00 ZŁ** NEW

Longer ze stripsami i sosem czosnkowym 556 kcal **-15,00 ZŁ**

ŚNIADANIA

Owsianka Bounty 654 kcal **-12,00 ZŁ**

Jogurt z toffi i granolą 429 kcal **-11,00 ZŁ**

Tarta z kurkami, gorgonzolą i orzechami włoskimi 457 kcal **-12,00 ZŁ**

OBIADY

Mintaj w panierce z puree z koperkiem i duszoną kapustą 413 kcal **-24,00 ZŁ**

Kotleciki brokułowe z mozzarellą+ziemniaczki+surówka 524 kcal **-20,00 ZŁ**

Kurczak w panko z ryżem i surówką z kapusty 596 kcal **-23,00 ZŁ** NEW

Kotleciki z indyka + ziemniaki w mundurkach + colesław 433 kcal **-23,00 ZŁ**

Gulasz z indyka z warzywami i kaszą kuskus 388 kcal **-22,00 ZŁ**

Pieczony camembert w boczku z żurawiną i surówką z pomidorków 645 kcal **-24,00 ZŁ** KETO

Czarny makaron w sosie maślanym z krewetkami, pieczonymi pomidorkami koktajlowymi i natką pietruszki 775 kcal **-26,00 ZŁ**

Rigatoni w kremowym sosie pomidorowym z chorizo 774 kcal **-22,00 ZŁ**

Makaron 4 sery 755 kcal **-22,00 ZŁ**

Pierogi z serem na słodko z mussem malinowo- limonkowym 918 kcal **-17,50 ZŁ**

Pierogi ruskie z okrasą z cebulki 840 kcal **-17,50 ZŁ**

Szpinakowe pierogi gyoza z warzywami + sos sojowy 290 kcal **-18,00 ZŁ**

Naleśniki ze szpinakiem, ricottą i suszonymi pomidorami

+dip limonkowo miętowy 630 kcal **-22,00 ZŁ**

Różowe naleśniki podane z serem na słodko, bruszkami,

posypką i sosem toffi 868 kcal **-19,00 ZŁ**

SALATKI

Salatka z fasolką białą, pomidorami świeżymi i suszonymi,

papryką + dip + grzanki 473 kcal **-22,00 ZŁ**

Micha z ziemniakiem, ogórkiem kiszonym, kurczakiem,

papryką+ dip czosnkowy 409 kcal **-23,00 ZŁ**

Salatka z wędzonym pstrągiem, buraczkami,

soczewicą czarną i dressingiem 395 kcal **-25,00 ZŁ**

ZESTAW DNIA!

Mintaj w panierce z puree z koperkiem i duszoną kapustą + Zupa - **32,00 ZŁ**

Q zdrowycatering.pl

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

NAPOJE

Shake proteinowy Snickers 454 kcal **-11,00 ZŁ**

Smoothie z wiśni, malin i jagód 275 kcal **-14,00 ZŁ**

Witaminowe smoothie [pomarańcza, banan, szpinak, imbir, chia] 220 kcal **-13,00 ZŁ**

DESERY

Ciasto marchewkowe z kremową polewą 509 kcal **-10,00 ZŁ**

Deser Kokosowa Princessa 766 kcal **-13,00 ZŁ**

Deser malinowa chmurka 588 kcal **-12,00 ZŁ**

Krem mascarpone na czekoladowo-maślanym spodzie

z mussem wiśniowym 376 kcal **-12,00 ZŁ**

ZUPY

Krem pieczarkowy 246 kcal **-11,00 ZŁ**

Zupa tikka masala 238 kcal **-11,00 ZŁ**

ROLLS

Spring rolls (łosoś/krewetka/warzywa)

+ sos orzechowy 450 kcal **-18,00 ZŁ**

Rollsy z wędzonym łososiem, szpinakiem

i sosem koperkowym 614 kcal **-21,00 ZŁ**

BURGER

Burger z wołowiną, warzywami, krążkami cebulowymi

i sosem tysięcy wysp 729 kcal **-23,00 ZŁ**