



 **Dąbie
i Kołatka**
Kompleksy wypoczynkowe

CENA POSIŁKÓW:

Zestaw z zupą

19,90

Bez zupy:

15,00

**Dostawa posiłków regeneracyjnych do domu, do zakładów pracy, urzędów.
Wszyscy nasi pracownicy dbają w sposób szczególny o wszelkie środki
bezpieczeństwa i higieny.**

Wszystkie dania są hermetycznie zamknięte.

Wystarczy tylko odgrzać w kuchence mikrofalowej.

NIEDZIELA 29.03.

zupa cebulowa (300ml)
kurczak po wiedeńsku (270 g)
ziemniaki gotowane z koperkiem(200 g)
surówka (150 g)

PONIEDZIAŁEK 30.03.

krem z pieczonego buraka(300ml)
soczysty karczek wieprzowy w sosie własnym(200/50)
kluski śląski (200g)
surówka (150 g)

WTOREK 31.03.

zupa grzybowa (300 ml)
kurczak curry (220 g)
ryż w stylu meksykańskim (220 g)
surówka (150 g)

ŚRODA 1.04.

zupa kalafiorowa (300 ml)
kotlet mielony z cebulką i papryką (270 g)
ziemniaki (200g)
surówka (150 g)

CZWARTEK 02.04.

grochówka (300ml)
pierogi domowej roboty z cebulką (300 g)
surówka (150 g)

PIĄTEK 03.04.

krem brokułowy(300 ml)
ryba zapieczona z salsą pomidorowo-ziółową(220/50 g)
ziemniaki (200g)
surówka (150 g)

SOBOTA 04.04.

zupa ogórkowa (300 ml)
pulpeciki w sosie koperkowym (220 g)
kuskus z warzywami (200 g)
surówka (150 g)

NIEDZIELA 05.04.

rosół z kaczki (300 ml)
tradycyjny kotlet schabowy (160 g)
ziemniaki (200 g)
kapusta zasmażana (150 g)

PONIEDZIAŁEK 06.04.

krem z zielonego groszku (300ml)
szarpana wieprzowina z sosem bbq (200 g)
ziemniaki opiekane (200 g)
surówka (150 g)

WTOREK 07.04

zupa brukselkowa (300 ml)
kurczak gyros (220g)
makaron (200 g)
warzywa na parze (150 g)



 **Dąbie
i Kołatka**
Kompleksy wypoczynkowe

Cena zestawu na 10 dni:
Śniadanie, obiad, kolacja

45 zł/dzień

- Pełne całodzienne wyżywienie dla osób, które nie chcą lub nie mają możliwości wychodzenia z domu!
- Wszyscy nasi pracownicy dbają w sposób szczególny o wszelkie środki bezpieczeństwa i higieny.
- Wszystkie dania są hermetycznie zamknięte i dostarczane w bezpieczny sposób wraz ze sztućcami jednorazowymi!

NIEDZIELA 29.03.

śniadanie: frittata z suszonymi pomidorami 200 g (*zapiekanka jajeczna z warzywami*)

obiad: zupa cebulowa (300ml)
kurczak po wiedeńsku (270 g)
ziemniaki gotowane z koperkiem (200 g)
surówka (150 g)

kolacja: penne z pieczarkami, kurczakiem i pietruszką (270 g)

PONIEDZIAŁEK 30.03.

śniadanie: kielbasa biała duszona z warzywami (250 g)
pieczywo (100 g)

obiad: krem z pieczonego buraka (300ml)
soczysty karczek wieprzowy w sosie własnym (200 g/50 g)
kluski śląski (200g)
surówka (150 g)

kolacja: sałatka z kaszy gryczanej i wędzonego sera (300 g), pieczywo (60 g)

WTOREK 31.03.

śniadanie: zapiekanka na bagietce z pieczarkami i serem, świeże warzywa (250 g/100 g)

obiad: zupa grzybowa (300 ml)
kurczak curry (220 g)
ryż w stylu meksykańskim (220 g)
surówka (150 g)

kolacja: naleśniki wytrawne zapiekane w beszamelu (300g)

ŚRODA 1.04.

śniadanie: pudding jaglany z musem owocowym (280 g)
drożdżówka (100 g)

obiad: zupa kalafiorowa (300 ml)
kotlet mielony z cebulką i papryką (270 g)
ziemniaki (200g)
surówka (150 g)

kolacja: wrap meksykański z kurczakiem i warzywami (270 g)

CZWARTEK 02.04.

śniadanie: bagietka z wędzonym kurczakiem i sosem czosnkowym (180 g)
warzywa w stylu stir-fry (*czyli mieszaj i smażyć*) (150 g)

obiad: grochówka (300ml)
pierogi domowej roboty z cebulką (300 g)
surówka (150 g)

kolacja: pęczotto z pieczarkami i boczkiem (300 g)

PIĄTEK 03.04.

śniadanie: pasta z makreli z ogórkiem i jajkiem (180 g)
bułeczki ciemne (120 g), masło (20 g)
warzywa świeże (100 g)

obiad: krem brokułowy (300 ml)
ryba zapieczona z salsą pomidorowo-zieloną (220 g/50 g)
ziemniaki (200g)
surówka (150 g)

kolacja: placki z cukinii z kwaśną śmietaną (270 g)

SOBOTA 04.04.

śniadanie: parówki zapiekane z kolorową papryką i fasolką szparagową (300 g)
pieczywo (60 g)

obiad: zupa ogórkowa (300 ml)
pulpeciki w sosie koperkowym (220 g)
kuskus z warzywami (200 g)
surówka (150 g)

kolacja: pieczony ziemniak z gzikiem (260 g)
sałatka warzywna (100 g)

NIEDZIELA 05.04.

śniadanie: pate z kurzych wątróbek z bułeczką i warzywami (*pyszny paszтет z kurzych wątróbek*)
(150 g/ 120 g/ 100 g)

obiad: rosół z kaczki (300 ml)
tradycyjny kotlet schabowy (160 g)
ziemniaki (200 g)
kapusta zasmażana (150 g)

kolacja: sałatka z kurczakiem, gruszką i serem pleśniowym (300 g)
pieczywo, masło (60 g / 20 g)

PONIEDZIAŁEK 06.04.

śniadanie: omlet szpinakowy z mozzarellą (280 g)
jogurt (200 ml)
pieczywo, masło (60 g/ 20 g)

obiad: krem z zielonego groszku (300ml)
szarpana wieprzowina z sosem bbq (200 g)
ziemniaki opiekane (200 g)
surówka (150 g)

kolacja: paella z kurczakiem i warzywami (270 g)

WTOREK 07.04

śniadanie: pasta twarogowa w 2 smakach (paprykowa i ziołowa) (200 g)
pieczywo, masło (120 g/ 20 g)

obiad: zupa brukselkowa (300 ml)
kurczak gyros (220g)
makaron (200 g)
warzywa na parze (150 g)

kolacja: pyzy ziemniaczane z sosem myśliwskim (220 g/ 60 g)