

## MENU

23-29/05/22

	Poniedziałek 2022-05-23	Wtorek 2022-05-24	Środa 2022-05-25	Czwartek 2022-05-26	Piątek 2022-05-27	Sobota 2022-05-28	Niedziela 2022-05-29
1. ŚNIADANIE	Pasta z koziego sera z kaparami i pomidorami suszonym z pieczywem i warzywami	Pieczona owsianka z czekoladą z egzotycznym sosem	Pasta z awokado i pomidorów suszonych z pieczywem	Twarogowy omlot cesarski z musem jagodowym	Naleśniki orkiszowe z miodem z musem porzeczkowo-malinowym	Czekoladowa jaglanka z truskawkami	Pieczywo z tapenadą i warzywami z oshinko
2. II ŚNIADANIE	Pak choi z jajkiem i sosem jogurtowo ziołowym	Warzywny Box z twarogowym guacamole	Skyr z granatem i truskawkami	Ryż na mleku z musem z truskawek	Salatka grecka z fetą	Spring Rolls z burakami	Naleśniki kakaowe ze słodkim serkiem
3. OBIAD	Kotlety z marchwi i białej fasoli z gnocchi z sosem pomidorowym i surówką z pomidora	Puree z ziemniaków z dodatkiem humusu z jajkiem sadzonym na szpinaku oraz z gotowanym kalafiozem	Cannelloni ze szpinakiem i orzechami	Potrąwka z białej fasoli, marchewki w sosie pomidorowym z kaszą bulgur	Szpinakowe gnocchi z parmezanem	Tofu wędzone w sosie pomidorowym z czosnkiem i rozmarynem z makaronem ryżowym	Tempeh w norii z kaszą bulgur i sosem słodko-słonym
4. DESER	Babeczki jogurtowe	Ciasto z jabłkami	Owsiane ciasteczka marchewkowe	Trufle czekoladowe z dodatkiem tequili i pomarańczy	Ciasto jaglane z rabarborem	Mini serniczki z matchą	Babeczki jogurtowe z jagodami
5. KOLACJA	Halloumi z ciecierzycą i kasza bulgur	Wytrawne muffiny ze szparagami, soczewicą i szpinakiem z sosem jogurtowym	Salatka z amarantusem, pieczonymi batatami i pestkami dyni	Kalarepa nadziewana papryką i czarnym ryżem	Polenta zapiekana z pomidorami, kaparami i parmezanem z naturalnym serkiem	Chrupiąca sałatka z selerem naciowym, grillowana marchewką, pomidorami i serem halloumi	Salatka z pieczonymi batatami, komosą, rukolą i tofu

## MENU 16-22/05/22

	Poniedziałek 2022-05-16	Wtorek 2022-05-17	Środa 2022-05-18	Czwartek 2022-05-19	Piątek 2022-05-20	Sobota 2022-05-21	Niedziela 2022-05-22
1. ŚNIADANIE	Pełnoziarnista tortilla z jajkiem sadzonym, świeżymi warzywami i sosem koktajlowym	Placuszki owsiane bananowo-gruszkowe z truskawkowym serkiem	Frittata z sałatką ze świeżych warzyw	Humus z zielonego groszku z dodatkiem tahini z pieczywem i kolorowymi paprykami	Pieczona jaglanka z gruszką z sosem porzeczkowym	Jajecznica z pitą i warzywami	Ziołowy twarożek z pieczywem i warzywami
2. II ŚNIADANIE	Shake jogurtowy o smaku owoców leśnych	Sałátka panzanella z grzankami	Zupa miso z tofu	Koktajl z mango, bananem i szpinakiem	Kotlety z soczewicy i batatów z sosem bazyliowym i warzywami	Koktajl tropikalny	Zupa ogórkowa
3. OBIĄD	Kotleciki sojowe w sosie imbirowym z czerwoną komosą ryżową i warzywami	Naleśniki z serem lazur i kiełkami	Jackfruit z ryżem, kolorowymi paprykami i sosem czosnkowym	Zapiekana kasza gryczana z grzybami	Krucha tarta z szpinakiem i serem feta	Boeuf Strogonow ze boczniaków z szpeclami	Jackfruit z gnocchi i sosem grzybowym
4. DESER	Crumble ze śliwkami i migdałami	Sernik limonkowy	Batony z orzechami i musli	Kokosowe kulki mocy	Kokosowe kulki mocy	Rogaliki twarogowe ze śliwkami	Ciasto snickers
5. KOLACJA	Pizza na kalafiorowym spodzie z warzywami i sosem pomidorowym	Potrąwka z czerwonej soczewicy z pędami bambusa z kaszą pęczak	Szpinakowe gnocchi z sosem dyniowym i warzywami	Sałátka z świeżymi figami, serem lazur	Sałátka z ogórkiem zielonym, jajkiem i makaronem orzo z sosem koperkowym.	Ryżowe babeczki marchewkowe z sosem pomidorowym	Curry z ciecierzycą i warzywami z brązowym ryżem