

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	Babeczki ze szpinakiem i fetą z sosem jogurtowym	Keto chleb z pastą z łososia i porcją warzyw	Placuszki ze szpinakiem i ricottą z sosem ziołowym na jogurcie	Omlet ze szpinakiem, awokado i serem feta	Frankfurterki z domowym sosem pomidorowym, pieczywem z własnego wypieku i porcja warzyw	Keto chleb z pastą z tofu i porcją warzyw	Pieczyno niskowęglowodanowe z paprykowym humusem
2. II ŚNIADANIE	Jajka sadzone z awokado i warzywami	Deserek czekoladowo-dyniowy	Salatka z pieczonymi warzywami, szynką parmeńską i mini mozzarellą	Roladki z cukinii z serkiem ricotta z łososem	Orzechowy budyń jaglany z brzoskwinia	Spring Rolls z burakiem i łososem	Frittata z papryką, groszkiem, pomidorkami i szczypiorkiem
3. OBIAD	Rolada serowa z szpinakiem z karmelizowaną marchewką	Frytki z warzyw z grillowanym kurczakiem i salsą z dodatkiem chili	Cannelloni ze szpinakiem i orzechami	Dorsz zapiekany z pomidorami i pietruszką oraz surówka z czerwonej kapusty i kukurydzy	Roladki z indyka z kaparami i papryką i surówka z brokułami	Klasyczne burgery z mielonej wołowiny	Puree z dodatkiem dyni i schab duszony z warzywami oraz śliwką
4. KOLACJA	Polędwiczki z kurczaka w białym sosie z brokułami	Wiosenny „makaron” z cukinii z pomidorkami, rzodkiewką i koperkiem z dodatkiem indyka i parmezanu	Łosoś pieczony z warzywami	Kalarepa nadziewana papryką i soczewicą z sosem pomidorowym	Polędwiczki wieprzowe w sosie musztardowym z grillowanymi marchewkami	Ryba zapiekana z pomidorami, brokułami i papryką	Salatka cesar z kurczakiem

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	Pasta z pieczonej papryki z pieczywem i grillowanym filetem z kurczaka	Wytrawne muffiny z pieczarkami i kurczakiem wędzonym	Omlet z łososiem i szparagami	Czosnkowa pasta z drobiu na pieczywie z własnego wypieku	Naleśniki z kiwi, naturalnym serkiem i musem malinowym	Wytrawne babeczki z papryką i cebulką	Pieczyczo pełnoziarniste z serem camembert
2. II ŚNIADANIE	Słodkie racuszki na mące kokosowej z naturalnym serkiem i musem z czerwonych owoców	Krem z kurek	Ciasto marchwiowo cynamonowe	Waniliowy twaróg z mieszanką orzechów i pestek	Salatka orientalna z grillowanym indykiem	Zupa pieczarkowa ze słonecznikiem	Koktajl jogurtowy z owocami leśnymi i siemieniem lnianym
3. OBIAD	Schab w sosie musztardowym z kolorową fasolką	Naleśniki z serem lazur, mięsem z kurczaka i kiełkami	Kieszonki z mięsa drobiowego nadziewane musem brokułowym	Schab duszony z suszonymi pomidorami, żółtą papryką i marchewką	Zapiekanka ziemniaczana z wieprzowiną i groszkiem	Boeuf Strogonow ze schabu z szpeclami	Indyk w sosie ziołowym i marchewka i groszkiem
4. KOLACJA	Salatka z papryką, burakiem, camembertem i orzechami włoskimi	Kieszonki z ciasta francuskiego z mozzarellą i cebulą	Carpaccio z buraka na rukoli z kozim serem	Słono-słodka gruszka zapiekana z serem kozim na rukoli z prażonymi orzechami włoskimi	Pulpety drobiowe w kremie z zielonych warzyw	Salatka z grejpfrutem, serem feta i ogórkiem i cytrusowym sosem	Salatka z łososiem i sosem majonezowym