

# Menu

14-19.09.2020

## Poniedziałek ~

---

<b>Śniadanie</b>	Kasza jagłana ze szpinakiem, suszonymi pomidorami, czosnkiem i jajkiem poche
<b>II Śniadanie</b>	Owsianka na mleku kokosowym z malinami
<b>Obiad</b>	Kaczka z glazurowanymi śliwkami, kasza perłowa i modra czerwona kapusta
<b>Podwieczorek</b>	Krem z batatów i selera naciowego z masłem orzechowym
<b>Kolacja</b>	Buddha BOWL z ekologicznym kurczakiem, wodorostami, makaronem ryżowym i sosem z ma

## Wtorek ~

---

<b>Śniadanie</b>	Pizza na spodzie z kalafiora, mąki kokosowej z sosem pomidorowym, pieczarkami i salami
<b>II Śniadanie</b>	Jogurt orzechowy bez laktozy z domowa czekoladowa granolą z żurawiną i brzoskwinię
<b>Obiad</b>	Dzik duszony w winie z puree z warzyw korzeniowych i ogórki małosolne
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl tropikalny
<b>Kolacja</b>	Curry z indykiem, bakłażanem, cukinią i brukselką, ryż brązowy

## Środa ~

---

<b>Śniadanie</b>	Pasta z pietruszki i masła orzechowego z chlebem proteinowym i warzywa do chrupania
<b>II Śniadanie</b>	Smoothie Blue Majk - ananas, mango, banan i mieszanka bakalii LOVE
<b>Obiad</b>	Sandacz z masłem tymiankowo-czosnkowym na risotto z porem
<b>Podwieczorek</b>	Krem z brukselki z karmelizowaną wątróbką
<b>Kolacja</b>	Salatka z kurczakiem mango chutney z groszkiem cukrowym i czerwonym ryżem

## Czwartek ~

---

<b>Śniadanie</b>	Szakszuka z jarmużem, batatem, cieciorką i czarnuszką
<b>II Śniadanie</b>	Budyń waniliowy z bananami w musie truskawkowym i płatkami migdałów
<b>Obiad</b>	Kurczak ekologiczny w sosie kokosowym z kalafiolem i ryżem
<b>Podwieczorek</b>	Koktajl bananowo-jagodowy z MACĄ
<b>Kolacja</b>	Salatka Cezar z kurczakiem

## Piątek ~

---

<b>Śniadanie</b>	Pasta szpinakowa z dodatkiem słonecznika prażonego z szynką, świeże warzywa i chleb orkiszowy
<b>II Śniadanie</b>	Czekoladowy pudding z tapioki z musem mango, granatem i kokosem
<b>Obiad</b>	Makaron po bolońsku z aromatem bazylii i oregano
<b>Podwieczorek</b>	Domowa koperkowa z ziemniaczkami
<b>Kolacja</b>	Buddha BOWL z łososiem teryaki, edamame, wakame i ryż

## Sobota ~

---

<b>Śniadanie</b>	Pomidory z bazylią, tapenada z czarnych oliwek i chleb żytnio-orkiszowy z pestkami
<b>II Śniadanie</b>	Czekoladowy pudding z tapioki z musem mango, granatem i kokosem
<b>Obiad</b>	Chrupiące pulpeciki z dorsza, ziemniaczki z koperkiem i surówka z kiszzonej kapusty
<b>Podwieczorek</b>	Orzeźwiający zielony smoothie z ananasem, szpinakiem i bazylią
<b>Kolacja</b>	Indyk Tom Kha z mlekiem kokosowym, warzywami i czerwonym ryżem

# LOVE Catering