

Menu

19.10-25.10.2020

Poniedziałek ~

Śniadanie	KETO Pieczony dorsz z jajkami i sałatka z winegret musztardowy
II Śniadanie	Tropikalny kisiel z siemienia lnianego z jogurtem mango
Obiad	Fit Chrupiące pulpeciki z łososia, ziemniaczki z koperkiem i surówka z kiszzonej kapusty
Podwieczorek	Zupa Tom-Kha Gai z kurczakiem
Kolacja	Jesienne warzywa pieczone z gorgonzolą i makaronem z groszku

Wtorek ~

Śniadanie	Naleśnik ryżowy ze szpinakiem i twarożek z suszonymi pomidorami i szynką
II Śniadanie	Kokosowy pudding chia z mango z domową granolą z żurawiną
Obiad	Policzki w sosie własnym, puree z koperkiem i kapusta z kminkiem
Podwieczorek	Koktajl PINACOLADA
Kolacja	Leczo z suszoną śliwką i wiejską kielbasą

Środa ~

Śniadanie	Sałatka śledziowa ala tatar z jabłkiem i burakiem i chleb bezglutenowy
II Śniadanie	Owsianka czekoladowa z żurawiną i banany w maśle orzechowym
Obiad	Zielone risotto z dorszem w maśle czosnkowym, brokuł
Podwieczorek	Krem z batata z wędzonym tofu i czarnuszką
Kolacja	Zielone curry z indykiem, dynią, edamame i czarna komosa

Czwartek ~

Śniadanie	Omlet z dynią i serem camembert
II Śniadanie	Mieszanka bakalii LOVE , Panna cotta waniliowa z musem z malin
Obiad	Gulasz z indyka, chorizo, cieciorą i ryżem brązowym
Podwieczorek	Koktajl białkowo-kawowy z macą i cynamonem
Kolacja	Sałatka z wędzonym łososiem, botwinką i słodkim sosem z rukoli

Piątek ~

Śniadanie	Lekko wędzona pasta drobiowa z suszonym pomidorem, warzywa i chleb bezglutenowy
II Śniadanie	Naleśnik ryżowy czekoladowy z twarożkiem i konfitura z czarnej porzeczki
Obiad	Eskalopki w jesiennym sosie z pieczoną dynią i śliwką, surówka z czerwonej kapusty i ziemniaki z
Podwieczorek	Zupa ziemniaczana z łososiem i koperkiem
Kolacja	Sałatka z szynką wołową, avocado, batatem w miętowym sosie moja verde

Sobota ~

Śniadanie	Kasza jagłana w czerwonym pesto z oliwkami, suszonymi pomidorami i jajko sadzone
II Śniadanie	Granola czekoladowo-kokosowa, konfitura z czarnej porzeczki , twarożek d
Obiad	Łosoś pod kruszonką pietruszkowo-pistacjową na tegliatelle , warzyw i czarna soczewica
Podwieczorek	Koktajl z pomarańczą, siemieniem i mlekiem kokosowym
Kolacja	Jesienne warzywa pieczone z kardamonem i czarnuszką z szarpanym indykiem i fetą

LOVE Catering