

# Menu

23-29.11.2020

## Poniedziałek ~

---

Śniadanie	Komosa ryżowa z borowikami, kurczakiem, jajkiem poche i serem feta
II Śniadanie	Czekoladowo białkowy pudding z tapioki, maliny z chilli
Obiad	Krewetki Tom Kha z mlekiem kokosowym i szpinakiem, fioletowy ryż
Podwieczorek	SMOOTHIE bananowo-wiśniowe z migdałami
Kolacja	Sałatka z camembertem, nektarynkami, pestkami i winegretem

## Wtorek ~

---

Śniadanie	Omlet jaglany z kukurydzą, cheddarem, pomidorem i szynką
II Śniadanie	Ciasto z serem, jagodami i kruszonką z migdałami
Obiad	Risotto alla puttanesca z aromatycznym indykiem
Podwieczorek	Krem maślano marchewkowy z groszkiem zielonym i kurczakiem
Kolacja	Sałatka z kaczką, pomarańczami i prażonym słonecznikiem

## Środa ~

---

Śniadanie	Pasta jajeczna z tuńczykiem, rzodkiewką i ogórek i chlebek bezglutenowy
II Śniadanie	Naleśniki ryżowe z kremem twarogowo-budyniowym z mussem brzoskwiniowym
Obiad	Gulasz z leśnymi grzybami, kasza gryczana i buraczki na ciepło
Podwieczorek	Koktajl z mango, mleka kokosowego i nasion chia
Kolacja	Curry z tofu, ananasem, kukurydzą i dziki ryż

## Czwartek ~

---

Śniadanie	Pizza na spodzie z cukinii, mąki kokosowej z sosem pomidorowym, Salami
II Śniadanie	Owsianka waniliowa z jogurtem i świeżym ananasem
Obiad	Pulled pork z gryczaną niepaloną i fit colesław
Podwieczorek	Ostry krem z dyni z mlekiem kokosowym, groszkiem i pieczarkami
Kolacja	Fioletowa sałatka z indykiem, winogrona i burak

## Piątek ~

---

Śniadanie	Jajka z pastą z suszonych pomidorów i pietruszką, warzywa i chleb bezglutenowy
II Śniadanie	Pudding chia BOUNTY z mussem mango i domowa granola orzechowo-kokosowa
Obiad	Kurczak zagrodowy w sosie z białego wina z pieczarkami i kasza gryczana niepalona
Podwieczorek	Koktajl z ananasa, jarmużu, awokado i białka konopnego
Kolacja	Orientalny ryż z kurczakiem zagrodowym, marchewką i groszkiem cukrowym

## Sobota ~

---

Śniadanie	Pate z kaczyc wątrobek z konfiturą żurawinową i chlebem bezglutenowym
II Śniadanie	Fit szarlotka cynamonowa z kruszonką z płatków owsianych i śliwkami w belgijskiej czekoladzie
Obiad	Aromatyczna potrawka z kurczakiem i pieczarkami z kaszą gryczaną
Podwieczorek	Domowy krupnik jaglany z mięsem i brukselką
Kolacja	Makaron bezglutenowy z pesto pietruszkowym, warzywami i słoną ricottą

# LOVE Catering