RESTAURACJA BODEGA
... Z NIEPOWTARZALNYM KLIMATEM

Menu 18.01-24.01.2021

Poniedziałek

Śniadanie - Jaglanka z prażonymi jabłkami i suszonymi owocami

II śniadanie - Owsiane pancakes z owocami

Obiad - Owsiane pancakes z owocami

Podwieczorek - Krem z buraków z prażonymi pestkami dyni

Kolacja - Ratatouille z mięsem mielonym z indyka i serem pleśniowym

Wtorek

Śniadanie - Pasta szpinakowo-jajeczna z chlebem razowym

II śniadanie - Sałatka z warzywami i serem feta

Obiad - Kotlety z kaszy jaglanej i jajek z grillowanym indykiem

Podwieczorek - Orkiszowe muffiny z nadzieniem owocowym

Kolacja - Makaron z brokułami w sosie czosnkowym

Środa

Śniadanie - Twarożek z domowym musli

II śniadanie - Fit sałatka grecka

Obiad - Gołąbki z kaszą, kurczakiem i buraczkami

Podwieczorek - Jogurtowe ciasto z jabłkami

Kolacja - Roladki drobiowe ze szpinakiem i parmezanem

Czwartek

Śniadanie - Roladki drobiowe ze szpinakiem i parmezanem

II śniadanie - Pełnoziarniste sakiewki drożdżowe z owocami

Obiad - Indyk w panierce z serem camembertem

Podwieczorek - Kasza pęczak na słodko z bakaliami, jogurtem, prażonym jabłkiem i cynamonem

Kolacja - Pizza lekko twarogowa z serem ,szynką, pieczarkami i kukurydzą

Piątek

Śniadanie - Naleśniki razowe z bazyliowym twarożkiem

II śniadanie - Jaglanka bananowa z owocami

Obiad - Pełnoziarnisty makaron z kurczakiem w sosie imbirowym i warzywami

Podwieczorek - Malinowy sernik na owsianym spodzie

Kolacja - Łosoś na gotowanych warzywach z chrzanowym puree

Sobota

Śniadanie - Kasza jaglana z truskawkami i serkiem wiejskim

II śniadanie - Gęsty koktajl mleczny z avocado i miętą

Obiad - Kasza gryczana z kurczakiem, pieczarkami i papryką

Podwieczorek - Duszone warzywa z tofu i pestkami dyni

Kolacja - Zapiekanka ryżowa z kurczakiem curry i brokułami

Niedziela

Śniadanie - Kasza jaglana z jabłkiem i imbirem

II śniadanie - Koktajl bananowo kakaowy z otrębami

Obiad - Kotlety z kapusty kiszonej z grillowanym filetem z dorsza

Podwieczorek - Zupa krem z pieczonych batatów

Kolacja - Sałatka z kurczakiem i mozzarella