

WERSJA OGÓLNA - 07.02-13.02.2022

Posiłek	Dzień 1	Dzień 2	Dzień 3	Dzień 4	Dzień 5	Dzień 6	Dzień 7
1	Omlet z suszonymi pomidorami i bazylią	Gryczanka z pomarańczą i słonecznikiem	Śniadaniowa sałatka z jajkiem i awokado	Kanapki z szynką, chrzanem i ogórkiem kiszonym	Piernikowa owsianka	Placki jabłkowo-bananowe	Frittata z warzywami
2	Koktajl grejpfrutowo-pietruszkowy	Sałatka ze szpinakiem i gruszką	Trufle z ciecierzycy o smaku nutelli	Koktajl kakaowo-pomarańczowy	Sałatka z brokułem i suszoną żurawiną	Carpaccio z wędzonego łososia	Trufle z ciecierzycy o smaku nutelli
3	Chili z indykiem i ryżem	Chili z indykiem i ryżem	Kasza gryczana ze szpinakiem i suszonymi pomidorami	Kasza gryczana ze szpinakiem i suszonymi pomidorami	Chińszczyzna z fasolką	Duszona polędwica wieprzowa, surówka z buraka i marchewki i ziemniaki	Duszona polędwica wieprzowa, surówka z buraka i marchewki i ziemniaki
4	Trufle z ciecierzycy o smaku nutelli	Orzechy włoskie i czekolada	Mandarynki i orzechy nerkowca	Migdały i czekolada	Trufle z ciecierzycy o smaku nutelli	Chia z jogurtem i bananem	Pomarańcza i orzechy brazylijskie
5	Sałatka ze szpinakiem i gruszką	Zupa tajska	Zupa tajska	Sałatka z brokułem i suszoną żurawiną	Chińszczyzna z fasolką	Kapuśniak z pomidorami	Kapuśniak z pomidorami