



Vege

ŚNIADANIE

Racuchy z jabłkami i musem z owoców leśnych

mąka orkiszowa, mleko, drożdże, olej rzepakowy, jaja kurze, jabłko, cynamon, cukier wanilinowy, miód, truskawki, maliny, jagody czarne

II ŚNIADANIE

Koktajl truskawkowo-bananowy

truskawki, banan, woda

OBIAD

Kaszotto z pieczonymi warzywami,

bakłażan, cukinia, sok i skórka z cytryny, natka pietruszki, kasza bulgur, cebula czerwona, papryka czerwona (świeża), czosnek, tahini, pasta harissa, tofu naturalne

PODWIECZOREK

Krem pieczarkowy

bulion warzywny (domowy), cebula, pieczarki, natka pietruszki, pieprz, sól, śmietana, olej rzepakowy, masło

KOLACJA

Sałatka z kaszy jaglanej z halloumi i sosem miętowym

kasza jaglana, ser halloumi, ogórek zielony, groszek zielony, mięta świeża, koperek, papryka zielona, rzodkiewka, awokado, jogurt naturalny, mięta