

## MENU 10.10

### Śniadanie

Tosty z mozzarellą i pomidorem 

### Drugie śniadanie

Koktajl ananasowy z orzechami nerkowca 

### Obiad

Placki z cukinii i ziemniaków z sosem koperkowym 

### Podwieczorek

Ciasto marchewkowe i pomarańcza 

### Kolacja

Kopytka z dynią i bazyliowym serkiem 

Posiłek do spożycia na ciepło



Posiłek do spożycia na zimno



Menu dla cateringu 1600 kcal. Dania w menu przy innych kalorycznościach mogą nieznacznie się różnić

## MENU 11.10

### Śniadanie

Bananowa owsianka ze słonecznikiem i cynamonem 

### Drugie śniadanie

Koreczki z camembertem i winogronami, letnia sałatka 

### Obiad

Makaron z zielony groszkiem i bazyliowym pesto 

### Podwieczorek

Karobowy jogurt ze śliwkami 

### Kolacja

Grillowany kabaczek z greckim serkiem i sałatką z pomidorów 

Posiłek do spożycia na ciepło



Posiłek do spożycia na zimno



Menu dla cateringu 1600 kcal. Dania w menu przy innych kalorycznościach mogą nieznacznie się różnić

## MENU 12.10

### Śniadanie

Brzoskwinowy twaróg na pieczywie



### Drugie śniadanie

Sałatka z tofu i sezamem



### Obiad

Grillowana cielęcina z sosem musztardowym i pieczonymi warzywami



### Podwieczorek

Koktajl jagodowo-bananowy



### Kolacja

Kuskus z oliwkami i bakłażanem



Posiłek do spożycia na ciepło



Posiłek do spożycia na zimno



Menu dla cateringu 1600 kcal. Dania w menu przy innych kalorycznościach mogą nieznacznie się różnić

## MENU 13.10


### Śniadanie

Pietruszkowy omlet z pieczarkami i serem 

### Drugie śniadanie

Gruszkowy ryż z greckim jogurtem i nutą cynamonu  


### Obiad

Złociste udka z kurczaka z kaszą bulgur i mizerią 

### Podwieczorek

Pieczone jabłko z korzenną kruszonką  

### Kolacja

Żółta sałatka z łososiem na rukoli, pieczywo 

Posiłek do spożycia na ciepło



Posiłek do spożycia na zimno



Menu dla cateringu 1600 kcal. Dania w menu przy innych kalorycznościach mogą nieznacznie się różnić

## MENU 14.10


### Śniadanie

Kokosowa jaglanka z borówkami 


### Drugie śniadanie

Delikatna zupa krem z brokułów 

### Obiad

Łosoś z malinowym winegretem z ryżem i sałatką z rukoli 

### Podwieczorek

Sałatka owocowa z amarantusem 

### Kolacja

Sałatka z indykiem i ananasem 

Posiłek do spożycia na ciepło



Posiłek do spożycia na zimno



Menu dla cateringu 1600 kcal. Dania w menu przy innych kalorycznościach mogą nieznacznie się różnić