



11.02.2021

I Śniadanie

Pasta fasolowa z ogórkiem kiszonym, chleb razowy

II Śniadanie

Jabłko

Obiad

Filet z kurczaka zapiekany w pomidorach, kasza gryczana

Podwieczorek

Mus czekoladowy z awokado i granatem

Kolacja

Bigos w wersji light

12.02.2021

I Śniadanie

Grzanka z jajkiem sadzonym i szynką

II Śniadanie

Koktajl wiśniowy

Obiad

Pstrąg pieczony w folii, ziemniaki pieczone, surówka z kapusty kiszonej

Podwieczorek

Tortilla z kurczakiem i warzywami

Kolacja

Sałatka z tuńczyka