



**wyższy  
poziom  
catering**

**Optymalne odżywianie słodkie 6.12.-11.12.**

	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>	<b>SOBOTA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pasta jajeczna z kaparami, pumpernikiem i warzywami	Drożdżowe racuchy z serem, sosem jagodowym i owocami	Sandwich z kozim serem, zatarem i dipem adzika	Owsianka z orzechami, prażonym jabłkiem i sosem orzechowym	Wrap grecki z serem feta i warzywami	Jogurt z sosem wiśniowym z granolą czekoladową
<b>II ŚNIADANIE</b>	Migdałowe crumble ze śliwką i jogurtem	Zupa Laksa z makaronem sojowym	Bananowe smoothie espresso	Faszerowane portobello ze szpinakiem	Fit monte z kaszy jaglanej	Barszcz ukraiński
<b>OBIAD</b>	Indyk w sosie chrzanowo-musztardą, bulgurem i modrą kapustą	Udka z kurczaka z trufłowymi pieczarkami, ryżem i burakami	Steki z polędwiczki na musie z czerwonej kapusty z pieczonymi batatami	Wołowina Jack Daniel's z puree chrzanowym i surówką z pora	Sandacz w sosie szampańskim z karmelizowanymi warzywami i ryżem brązowym	Fit carbonara z mixem gotowanych warzyw
<b>PODWIECZOREK</b>	Ciasto tiramisu z malinami	Rolada a'la Reeses	Sernik matcha	Twarogowe kulki w stylu Raffaello z owocami	Smoothie malinowo-truskawkowe	Owsiane ciasto z jabłkami
<b>KOLACJA</b>	Sałatka hawajska z kurczakiem, brzoskwinią i rodzynkami	Różowe pierożki z ricottą i pesto	Sałatka z wątróbką, gruszką i balsamico	Sałatka gyros	Tagiatelle w pesto rosso z pistacjami i pomidorami cherry	Parmigiana z bakłażana

Menu jest poglądowe i może ulec zmianie, zawsze aktualne menu znajdą Państwo w swoim panelu klienta





**wyższy  
poziom  
catering**

**Optymalne odżywianie słodkie 13.12.-18.12.**

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
<b>ŚNIADANIE</b>	Czekoladowe naleśniki z serem kokosowym	Bułka podpłomyk z kozim serem, oliwkami i konfiturą paprykową	Bułeczki drożdżowe z nadzieniem z powideł podane z jogurtem islandzkim i owocami	Pieczywo z nasionami chia podane z twarogiem łososiowym i ogórkiem	Owsianka piernikowa z morwą, orzechami i śliwką	Wrap z hummusem, rukolą i suszonymi pomidorami
<b>II ŚNIADANIE</b>	Harira	Gofry z musem brzoskwiniowym i borówką	Sałatka Caprese	Sałatka owocowa z bakaliami	Krem z brokuła z pestkami dyni	Jaglany budyń jabłkowy
<b>OBIAD</b>	Szynka w sosie bocznikowym z kaszą perłową i surówką z modrej kapusty	Nuggets z kurczaka z BBQ, frytkami z batata i surówką z kapusty i ananasa	Udziec z indyka z farszem grzybowym na musie porowo-ziemniaczanym z glazurowaną marchewką	Stroganow z kopytkami dyniowymi i surówką z kiszonych ogórków	Dorsz z pomidorową kruszonką i warzywnym ryżem	Kurczak słodko-kwaśny z makaronem vermicelli
<b>PODWIECZOREK</b>	Napoleonka	Sernik chocko	Ciasto bananowe z konfiturą porzeczkową i pieczonymi bananami	Krajanka piernikowa	Smoothie karaibskie	Ciasto czekoladowo-waniliowe z ciecierzycy
<b>KOLACJA</b>	Pizza z karczochem, kukurydzą i pieczarkami	Farfalle al pomodoro z krewetkami	Burger buraczany z kiełkami i sosem tatarskim	Sałatka Cesar	Noodle z warzywami po koreańsku	Lekki bigos z morelą suszoną

Menu jest poglądowe i może ulec zmianie, zawsze aktualne menu znajdują Państwo w swoim panelu klienta





**wyższy  
poziom  
catering**

**Optymalne odżywianie wyprawne 6.12.-11.12.**

	<b>PONIEDZIAŁEK</b>	<b>WTOREK</b>	<b>ŚRODA</b>	<b>CZWARTEK</b>	<b>PIĄTEK</b>	<b>SOBOTA</b>
<b>ŚNIADANIE</b>	Pasta jajeczna z kaparami, pumpernikiem i warzywami	Placuszki z zielonego groszku z dipem cytrynowym	Sandwich z kozim serem, zatarem i dipem adzika	Omlet z chorizo, pomidorami i rukolą	Wrap grecki z serem feta i warzywami	Pasta z pieczonej papryki z bułką grahamką
<b>II ŚNIADANIE</b>	Zupa kimchi	Malezyjska zupa Laksa z makaronem sojowym	Spring rollsy z orientalnym sosem	Faszerowane portobello ze szpinakiem	Zupa curry z cukinią	Barszcz ukraiński
<b>OBIAD</b>	Indyk w sosie chrzanowo-musztardą, bulgurem i modrą kapustą	Udka z kurczaka z truflowymi pieczarkami, ryżem i burakami	Steki z polędwiczki na musie z czerwonej kapusty z pieczonymi batatami	Wołowina Jack Daniel's z puree chrzanowym i surówką z pora	Sandacz w sosie szampańskim z karmelizowanymi warzywami i ryżem brązowym	Fit carbonara z mixem gotowanych warzyw
<b>PODWIECZOREK</b>	Ciasto tiramisu z malinami	Rolada a'la Reeses	Sernik matcha	Twarogowe kulki w stylu Rafaello z owocami	Smoothie malinowo-truskawkowe	Owsiane ciasto z jabłkami
<b>KOLACJA</b>	Sałatka hawajska z kurczakiem, brzoskwinia i rodzynkami	Różowe pierożki z ricottą i pesto	Sałatka z wątróbką, gruszką i balsamico	Sałatka gyros	Tagiatelle w pesto rosso z pistacjami i pomidorami cherry	Parmigiana z bakłażana

Menu jest poglądowe i może ulec zmianie, zawsze aktualne menu znajdą Państwo w swoim panelu klienta





Wyższy  
poziom  
catering

Optymalne odżywianie wytrawne 13.12.-18.12.

	PONIEDZIAŁEK	WTOREK	ŚRODA	CZWARTEK	PIĄTEK	SOBOTA
<b>ŚNIADANIE</b>	Burrito z dipem kolendrowym i warzywami	Bułka podpłomyk z kozim serem, oliwkami i konfiturą paprykową	Hiszpańska tortilla z batatami, szpinakiem i lazurem	Pieczyczo z nasionami chia podane z twarogiem łososiovym i ogórkiem	Sandwich z jajkiem, awokado i rzodkiewką	Wrap z hummusem, rukolą i suszonymi pomidorami
<b>II ŚNIADANIE</b>	Harira	Tomatokeftedes z sosem bazyliowym	Sałatka Caprese	Mini calzone z farszem cukiniowym i gorgonzoli	Krem z brokuła z pestkami dyni	Zupa szpinakowa z ziemnikami
<b>OBIAD</b>	Szynka w sosie bocznikowym z kaszą perłową i surówką z modrej kapusty	Nuggets z kurczaka z BBQ, frytkami z batata i surówką z kapusty i ananasa	Udziec z indyka z farszem grzybowym na musie porowo-ziemniaczanym z glazurowaną marchewką	Stroganow z kopytkami dyniowymi i surówką z kiszonych ogórków	Dorsz z pomidorową kruszonką i warzywnym ryżem	Kurczak słodko-kwaśny z makaronem vermicelli
<b>PODWIECZOREK</b>	Napoleonka	Sernik chocko	Ciasto bananowe z konfiturą porzeczkową i pieczonymi bananami	Krajanka piernikowa	Smoothie karaibskie	Ciasto czekoladowo-waniliowe z ciecierzycy
<b>KOLACJA</b>	Pizza z karczochem, kukurydzą i pieczarkami	Farfalle al pomodoro z krewetkami	Burger buraczany z kiełkami i sosem tatarskim	Sałatka Cesar	Noodle z warzywami po koreańsku	Lekki bigos z morelą suszoną

Menu jest poglądowe i może ulec zmianie, zawsze aktualne menu znajdują Państwo w swoim panelu klienta