

DIETA STANDARD/ SPORT/ BEZ LAKTOZY/ NISKI IG
12-18.04.2021

Poniedziałek

Kanapka z szynką i camembert
Omlet z musem jabłkowym
Gulasz wołowy po chińsku z kaszą i sałatką szwedzką
Zupa krem ziemniaczana
Spaghetti drobiowe z parmezanem

Wtorek

Tosty twarogowe z tortillą
Jogurt bananowo-truskawkowy
Kotlety z kurczaka nadziewane serem z kaszą i buraczkami
Zupa chrzanowa z boczkiem
Makaron penne z borowikami

Środa

Tosty z szarpaną wieprzowiną
Placuszki z serka wiejskiego z żurawiną
Kotlet de'volaille gotowany z ziemniakami puree i mizerią
Krem pomidorowy
Polędwiczka wieprzowa w sosie musztardowo-miodowym z kaszą bulgur i surówką z czerwonej kapusty

Czwartek

Kanapka z pikantnym indykiem i rukolą
Jogurt z mango i papają z nutą orzechową
Udko trybowane z pieczonym ziemniakiem i surówką z kapusty pekińskiej
Krem z borowików
Leczo z indykiem i selerem naciowym z kaszą gryczaną

Piątek

Tortilla z farszem szpinakowo-paprykowym i kurczakiem
Fit murzynek z frużeliną jagodową i masłem orzechowym
Kokosowa zupa curry z marchewką
Fit pierogi z mięsem drobiowym w sosie szpinakowym
Dorsz w owsianej panierce z frytkami z warzyw

Sobota

Tosty z szynką z piersi kurczaka i serem
Jogurt jagodowo-brzoskwiniowy
Tiki masala z ryżem
Krem warzywny
Czerwone curry wołowe z mlekiem kokosowym po tajsku z ryżem jaśminowym

Niedziela

Kanapka z marynowanym schabem i pesto z rukoli
Dyniowe pancake z frużeliną i owocami
Makaron penne z kurczakiem i szpinakiem
Imbirowa zupa krem z batatów
Roladka drobiowo- warzywna z ryżem i sałatką sombrero



* Catering Reśliński zastrzega sobie prawo do zmiany menu

DIETA WEGETARIAŃSKA Z RYBĄ 12-18.04.2021

Poniedziałek

Kanapka z camembertem
Omlet z musem jabłkowym
Gulasz warzywny po chińsku z kaszą i sałatką szwedzką
Zupa krem ziemniaczana
Spaghetti z jajkiem w sosie pomidorowym

Wtorek

Tosty twarogowe z tortillą
Jogurt bananowo-truskawkowy
Kotlety z brokuła nadziewane serem z kaszą i buraczkami
Zupa chrzanowa z dynią
Makaron penne z borowikami

Środa

Tosty z pastą z tuńczyka
Placuszki z serka wiejskiego z żurawiną
Dorsz zapiekany cebulą z ziemniakami puree i mizerią
Krem pomidorowy
Kasza jaglana z suszonymi pomidorami, szpinakiem, serem feta

Czwartek

Warzywa z jajkiem
Jogurt z mango i papają z nutą orzechową
Kotlety z kaszy gryczanej i twarogu
Krem z borowików
Leczo z papryk i selerem naciowym z kaszą gryczaną

Piątek

Tortilla z farszem szpinakowo-paprykowym
Fit murzynek z frużeliną jagodową i masłem orzechowym
Kokosowa zupa curry z marchewką
Fit pierogi ze szpinakiem sosie
Dorsz w owsianej panierce z frytkami z warzyw

Sobota

Tosty z serem
Jogurt jagodowo-brzoskwiniowy
Pieczone warzywa korzeniowe z fetem i prażonymi pestkami słonecznika
Krem warzywny
Wegetariańskie curry z ciecierzycą i kalafiozem

Niedziela

Kanapka z serem feta i pesto z rukoli
Dyniowe pancake z frużeliną i owocami
Makaron penne z brokułami i szpinakiem
Imbirowa zupa krem z batatów
Wiosenny makaron z cukini z pomidorami, rzodkiewką i koperkiem



* Catering Reśliński zastrzega sobie prawo do zmiany menu