Menu

Szybkość myślenia i koncentracja

- Zupa rybna na sposób tajski
- Wątróbki drobiowe z gruszką i winogronem z puree marchewkowym i brokułem
- Bakłażan zapiekany z cukinią, pomidorami i mozzarellą z pesto
- Sałatka z pieczonym łososiem na mixie sałat z fasolką szparagową

Spokój

- Zupa krem z białych warzyw
- Wołowina duszona w czerwonym winie z zapiekanką ziemniaczaną i surówką colesław
- Placuszki gryczane z sosem jogurtowo-miodowym z prażonymi migdałami
- Sałatka z mieszanej sałaty z prażonymi orzechami, marynowaną dynią i jajem molette

Szczęście

- Zupa paprykowa z kapustą i salami
- Kurczak w czerwonym winie z kaszą bulgur i surówka z selera z orzechami
- Naleśniki z owocami z sosem jogurtowym i granolą orzechową
- Sałatka włoska z mozarellą i migdałami

Energia

- Zupa krem z marchewki i pomarańczy z prażonym słonecznikiem
- Steki baranie plejskavica, sos tzatziki, ryż na czerwono, chleb razowy z otrębami
- Naleśniki owsiane z musem wiśniowym, jogurtem i gorzką czekoladą
- Sałatka z komosą ryżową, kurczakiem i pomarańczowym vinegrette