

## Przykładowe Menu

### SLIM



#### PONIEDZIAŁEK

#### WTOREK

#### ŚRODA

#### CZWARTEK

#### PIĄTEK

<b>Śniadanie</b>	Pasta jajeczna z chlebem żytnim	Waniliowe placuszki z sosem jagodowym	Zielony omlet z pomidorami i czarnuszką	Jaglanka orzechowo-cynamonowa z brzoskwinia	Racuchy z jabłkami z musem wiśniowym
<b>II Śniadanie</b>	Koktajl ze szpinakiem i gruszką	Koktajl truskawkowo-kokosowy	Koktajl z jarmużem, szpinakiem, gruszką i jabłkiem	Koktajl z owoców leśnych	Koktajl bananowo-kawowy
<b>Obiad</b>	Kofty z indyka z sosem jogurtowo-koperkowym i kaszą jaglaną	Pierś z kurczaka w płatkach kukurydzianych z surówką z białej kapusty i marchewki z ryżem basmati	Bitki w sosie grzybowym z kaszą jęczmienną i sałatką z ogórka kiszzonego	Kurczak w sosie BBQ z buraczkami po tajsku i pieczonymi ziemniakami	Karmazyn w sosie paprykowym z surówką z papryki, ogórka i rzodkwi białej oraz z kaszą gryczaną
<b>Podwieczorek</b>	Naleśniki rafaello z sosem malinowym	Krem z papryki i pomidorów	Krem z kalafiora	Krem z pora	Krem z cukinii z bazylią
<b>Kolacja</b>	Sałatka z makaronem z cukinii w pesto z kozim serem	Sałatka z kurczakiem i melonem z grilla w miodowo-ziolowym vinaigrette	Sałatka grecka z fetą	Sałatka caprese	Sałatka z jajkiem, rzodkiewką oraz ogórkiem