

Poniedziałek, 03.12.2018

I śniadanie: Salatka z pomidorków koktajlowych z pieczonym schabem i świeżą bazylią

II śniadanie: Kaszka na mleku z sałatką owocową

Obiad: Grillowany filet z kurczaka z dipem jogurtowym podany z białym ryżem i surówką z kiszanej kapusty

Podwieczorek: Lekka przekąska owocowo - jogurtowa

Kolacja: Tradycyjna sałatka jarzynowa

Wtorek, 04.12.2018

I śniadanie: Maliny z kefirem i ciepłą konfiturą z dodatkiem słonecznika

II śniadanie: Orkiszowa kanapka z twarogiem i szczypiorkiem podana z sałatką z rzodkiewki i ananasa z dipem ziołowym

Obiad: Pulpety drobiowo - wieprzowe podane z ziemniakami gotowanymi i surówką z kapusty modrej

Podwieczorek: Sałatka z kalafiora i gruszki z sosem cytrusowym

Kolacja: Filet z kurczaka na parze podany na potrawce z warzyw z sezamem

Środa, 05.12.2018

I śniadanie: Truskawkowy koktajl wzmacniający

II śniadanie: Pieczona kielbaska podana z sałatką z kukurydzy oraz chrupkim pieczywem

Obiad: Spaghetti podane z sosem pomidorowym z pieczarkami

Podwieczorek: Kompozycja sałat z szynką i papryką

Kolacja: Jajko gotowane z kolorową wiosenną sałatą i sosem jogurtowym

Czwartek, 06.12.2018

I śniadanie: Sałatka z serem Camembert i dipem jogurtowym

II śniadanie: Jajko gotowane na kompozycji warzyw gotowanych (brokuł, marchew) z prażonymi migdałami i pieczywem ryżowym

Obiad: Bulion grzybowy

Ryż biały zapiekany z jabłkami i cynamonem

Podwieczorek: Fantazja owocowa z jogurtem naturalnym i sezamem

Kolacja: Sałatka grecka z serem feta

Piątek, 07.12.2018

I śniadanie: Ananas zatopiony w jogurcie z miodem i migdałami

II śniadanie: Tosty z wędliną i sałatką z pomidora i ogórka

Obiad: Krem marchewkowy z ryżem brązowym

Podwieczorek: Sałatka z papryką, kalafiosem i kiwi

Kolacja: Odżywczy koktajl jagodowy

Sobota, 08.12.2018

I śniadanie: Truskawki w jogurcie podane z grzankami i miodem

II śniadanie: Owsianka z owocami południowymi

Obiad: Barszcz ukraiński z gotowanym udkiem z kurczaka

Podwieczorek: Sałatka z awokado i pomidora

Kolacja: Energetyczny mus z brzoskwinii z nutellą

Niedziela, 09.12.2018

I śniadanie: Koktajl truskawkowy

II śniadanie: Sałatka z makreli

Obiad: Polędwiczka wieprzowa sous-vide podana z ziemniakami duszonymi i surówką z kapusty pekińskiej

Podwieczorek: Ryż z musem jabłkowym

Kolacja: Kolorowa sałatka warzywna

opracowanie: Manager Hotelu - Iwona Nawrocka