

# JADŁOSPIS PROGRAMU

## *Summer Queen*

### ŚNIADANIE:

1. Bajgiel z serkiem, wędzonym łososiem i kiełkami
2. Jajecznica na maśle z szczypiorkiem, suszonymi pomidorami i grillowaną bagietką
3. Omlet wytrawny z mozzarellą i pieczywem
4. Proteinowy Omlet Oreo
5. Puszysty omlet z dżemem i owocami
6. Budyniowa owsianka z malinami i orzechami
7. Owsianka al'a tiramisu
8. Tortilla Śniadaniowa
9. Nocna Owsianka kremowe Toffi
10. Czekoladowe Placuszki proteinowe ze skyrem
11. Kanapki z pastą twarogową z tuńczykiem
12. Fit Pasta jajeczna z pieczywem
13. Omlet Warzywny z serkiem wiejskim
14. Gofry z cukinii z sosem czosnkowym
15. Fit Szakszuka ze szpinakiem
16. Tortilla z piekarnika
17. Pieczony Omlet Jabłkowo-Marchwiowy
18. Tosty z serem i szynką oraz sałatką
19. Croissant z jajecznicą
20. Pieczona sernikowa owsianka z borówkami

# JADŁOSPIS PROGRAMU

## *Summer Queen*

### II ŚNIADANIE:

1. Skyr z granolą i owocami
2. Szybka Tortilla z serem feta i warzywami
3. Bananowe Tiramisu jednoporcjowe
4. Bajgiel z hummusem, serem i szynką
5. Koktajl Mango z borówką
6. Pyszne placuszki z owocami i dżemem
7. Sałatka z kurczakiem w sosie miodowym
8. Serek wiejski na słodko
9. Owsianka Oreo
10. Jagodowe Crumble
11. Jogurt Proteinowy z bananem i nerkowcami
12. Truskawkowo-Czekoladowy deser proteinowy
13. Mini Serniczki z patelni
14. Skyrnik bananowy
15. Fit Cebularz Proteinowy
16. Brownie Fasolowe ze śliwkami
17. Tosty al'a pizza
18. Ciabatta z serkiem i łososiem
19. Mugcake bananowy z mikrofalą
20. Bułka wiosenna z serkiem wiejskim i suszonymi pomidorami

# JADŁOSPIS PROGRAMU

## *Summer Queen*

### OBIAD:

1. Gnocchi w sosie pomidorowym z mozzarellą i bazylią
2. Soczysty Udon z kurczakiem i warzywami
3. Kasza z fetą, kurczakiem i suszonymi pomidorkami 4
4. Grillowany Łosoś z frytkami i mizerią
5. Spaghetti w sosie pomidorowym z burrata
6. Makaron smażony po azjatycku
7. Fit Burger z kurczakiem
8. Dorsz w sosie koperkowym z puree ziemniaczanym
9. Zapiekanka makaronowa z mięsem mielonym
10. Pomidorowe Risotto z kurczakiem i bazylią
11. Bowl z łososiem
12. Tagliatelle z krewetkami
13. Makaron z kurczakiem w sosie pieczarkowym
14. Smażony ryż z jajkiem i warzywami
15. Polędwiczki z puree z batatów i grillowanymi warzywami
16. Lasagne z patelni
17. Chilli Con Carne
18. Frytki z warzywną posypką i kurczakiem
19. Kurczak teriyaki z ryżem
20. Makaron Ryżowy z tofu

# JADŁOSPIS PROGRAMU

## *Summer Queen*

### KOLACJA:

1. Pinsa włoska
2. Zapiekana bagietka z mozzarellą i pieczarkami
3. Kasza manna budyniowa z jagodami
4. Sałatka gyros z pieczywem
5. Pieczona Owsianka z czekoladą i borówkami
6. Kanapki z twarożkiem po włosku
7. Grecki Pita Burger
8. Makaron z pesto i grillowanym kurczakiem
9. Omlet Słony Karmel
10. Naleśniki ala bouny
11. Guacamole na bułce z bekonem
12. Naleśniki z twarożkiem
13. Jednoporcyjowa włoska foccacia
14. Bułka z szarpanym kurczakiem
15. Pizza ze skyra
16. Ryż na słodko z truskawkami
17. Babeczki proteinowe z gruszką
18. Truskawkowe kluski twarogowe
19. Sałatka z makaronem i suszonymi pomidorami
20. Fit Burger Drwala