



МЕНЮ

понеділок

СНІДАНОК

безглютеновий тост із обпеченим салатом рамен,
перепелиними яйцями та соусом Венігрет

ОБІД

салат

мікс салат із авокадо, огірком та манго

перша страва

зелений борщ зі сметаною з кеш'ю

основна страва

філе індика з печеною молодого морквою
та ожиновим соусом

ВЕЧЕРЯ

лосось з печеним аспарагусом та лаймовим
соусом



МЕНЮ

вівторок

СНІДАНОК

чіа пудинг із полуничним соусом

ОБІД

салат

львівська мізерія з кокосовим йогуртом та
кеш'ю-сиром

перша страва
суп гаспачо

основна страва
гуляш з яловичини та салерово-морквяним
пюре

ВЕЧЕРЯ

пісні голубці з савойської капусти із диким
рисом та мигдалевим соусом



МЕНЮ

середа

СНІДАНОК

антіпасті з лаймово-авокадовим мусом та активованими горіхами

ОБІД

салат

грецький з козячим сиром

перша страва

суп тосканський фасолевий

основна страва

філе дорадо з бейбі морквою на шпинатній подушці

ВЕЧЕРЯ

равлики зі спагеті інтеграле під томатно-часниковим соусом



МЕНЮ

четвер

СНІДАНОК

хумус з каперсами, в'яленими томатами та стеблами селери

ОБІД

салат

з печеним болгарським перцем та кедровими горіхами

перша страва

горохово-м'ятний крем-суп

основна страва

плов з дикого рису і печінки

ВЕЧЕРЯ

м'ясний рулет сю-від з салеровим пюре



МЕНЮ

п'ятниця

СНІДАНОК

безглютенові панкейки з кленовим сиропом

ОБІД

салат

овочевий мікс салат з рукколою і редисом

перша страва

моркв'яно-апельсиновий крем-суп

основна страва

креветки тушковані в безалкогольному
вині з печеною цвітною капустою та
розмарином

ВЕЧЕРЯ

кролик сю-від під кокосовим соусом з молодим
горошком