

SPRYTNY TYGODNIOWY JADŁOPIŚ STUDENCKI II

SOB

śniadanie

kasza jaglanka z truskawkami, jogurtem i bananem

II śniadanie

kawa

lunch

-

obiad

ryż z gruszkami curry i mlekiem kokosowym

kolacja

NDZ

śniadanie

tosty francuskie z dżemem

II śniadanie

kawa

lunch

-

obiad

makaron ryżowy z sosem słodko-kwaśnym

kolacja

-

PON

śniadanie

tosty francuskie z jajkiem sadzonym i avodao

II śniadanie

kokosowa jaglanka z czekoladą

lunch

gruszka

obiad

makaron ryżowy z sosem słodko-kwaśnym

kolacja

-

WT

śniadanie

tosty francuskie z jajkiem sadzonym i avodao

II śniadanie

gruszka

lunch

kawa

obiad

kotlety z soczewicy z pieczarkami z kuskusem i rukolą

kolacja

-

ŚR

śniadanie

kanapki z tapenadą

II śniadanie

zielone smoothie i gruszka

lunch

gruszka z waflami kukurydzianymi

obiad

kokosowa jaglanka z czekoladą

kolacja

frytki z ziemniaka

CZW

śniadanie

kanapki z tapenadą

II śniadanie

kokosowa jaglanka z czekoladą

lunch

gruszka z waflami kukurydzianymi i zielone smoothie

obiad

kotlety z soczewicy z pieczarkami z kuskusem i rukolą

kolacja

-

PT

śniadanie

kanapka z tapenadą i serkiem kozim i avocado

II śniadanie

jogurt z dżemem

lunch

kawa

obiad

kotlety z soczewicy z pieczarkami, rukolą, sosem czosnkowym

kolacja

-

