

PONIEDZIAŁEK

ZUPY:	Pomidorowa z makaronem orzo (1) Taco (2) Szczawiowa z jajkiem (3)
KUBEK:	Kurczak po tajsku
KUBEK FIT:	Z kurczakiem, gruszką i kaszą bulgur
SAŁATKI:	Jarzynowa, amerykańska, łososiowa, warstwowa
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem
QUESADILLA:	Z mięsem drobiowym
DESERY:	Tapioka z musem mango i marakują (1) Brownie z wiśnią (2) Owsianka z papają (3) Shake malinowy (4)
POKE BOWL:	Z łososiem pieczonym

WTOREK

ZUPY:	Ogórkowa (1) Tom Kha wegańskie (2) Krem z pieczonego buraka z serem śródziemnomorskim (3)
KUBEK:	Kurczak chow main z makaronem pszennym
KUBEK FIT:	Z indykiem, komosą ryżową i brzoskwinią
SAŁATKI:	Jarzynowa, krabowa, brokułowa z szynką, z kurczakiem i ogórkiem konserwowym
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem
QUESADILLA:	Z mięsem wieprzowym
DESERY:	Bananowy (1) Szarlotka (2) Owsianka z jabłkiem, cynamonem i ostropestem (3) Shake truskawkowy (4)
POKE BOWL:	Z krewetką królewską

ŚRODA

ZUPY:	Pieczarkowa (1) Phobo z wieprzowiną (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Makaron udon z kurczakiem i warzywami
KUBEK FIT:	Z kurczakiem, burakiem, humusem miętowym i komosą ryżową Ze szparagami, mini mozzarellą i ciecierzycą
SAŁATKI:	Jarzynowa, z kurczakiem i natką, z komosą i burakiem, pieczarkowa

QUESADILLA:	Z mięsem drobiowym
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem
DESERY:	Pinacolada (1) Miodownik z orzechami (2) Owsianka z mango i chia (3) Shake truskawkowy (4)
POKE BOWL:	Z łososiem pieczonym

CZWARTEK

ZUPY:	Jarzynowa z młodą kapustą (1) Tajska (2) Krem pomidorowy z bazylią (3)
KUBEK:	Kurczak Pad Thai
KUBEK FIT:	Z kurczakiem, fasolką edamame i kaszą bulgur
SALAŃKI:	Jarzynowa, krabowa, amerykańska, ziołowy bulgur
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem
QUESADILLA:	Z mięsem wieprzowym
DESERY:	Z serkiem waniliowym, mascarpone i płatkami karmelowymi (1) Tarta z bananami i słonym karmelem (2) Owsianka z wiśnią (3) Shake malinowy (4)
POKE BOWL:	Z tuńczykiem

PIĄTEK

ZUPY:	Barszcz ukraiński (1) Indyjska (2) Chłodnik po litewsku (3)
KUBEK:	Kurczak orientalny lub krewetka nobashi z liśćmi limonki i makaronem ryżowym
KUBEK FIT:	Z serem dor blue i kaszą kuskus Z kurczakiem, winogronem i kaszą kuskus
SALAŃKI:	Ryba po grecku, jarzynowa
THAI ROLL:	Z łososiem, z kurczakiem
QUESADILLA:	Szpinakowa
DESERY:	Jogurtowy z mango i truskawką (1) Sernik z kokosem (2) Owsianka z jagodą (3) Shake truskawkowy (4)
POKE BOWL:	Z łososiem surowym

** Zastrzegamy możliwość zmian*