

MENU TYGODNIOWE 18.11.- 24.11.2019

Zestaw 1000, 1200, 1500 kcal lub 2000 kcal

PONIEDZIAŁEK

I śniadanie: Jogurt naturalny z granolą i migdałami (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, orzechy, soja, sezam)
II śniadanie: Zupa pieczarkowa (Alergeny: seler)
Obiad: Szaszłyki z kurczaka z ananasem, ryż brązowy, surówka (Alergeny: zboża zawierające gluten, gorczyca, mleko i pochodne)
Podwieczorek: Koktajl owocowy (Alergeny: mleko i pochodne)
Kolacja: Sałatka szwajcarska (Alergeny: mleko i pochodne)

WTOREK

I śniadanie: Kasza manna z bananami (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, gorczyca)
II śniadanie: Kapuśniak (Alergeny: seler)
Obiad: Chili con care, kasza kuskus, korniszony (Alergeny: gorczyca)
Podwieczorek: Kisiel owocowy z kawałkami brzoskwiń
Kolacja: Paszтет ze śliwką, pieczywo, warzywa (Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja, gorczyca)

ŚRODA

I śniadanie: Racuchy kokosowo - jabłkowe (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, jaja)
II śniadanie: Maślanka z ogórkiem i papryką (Alergeny: mleko i pochodne)
Obiad: Pierś kurczaka z owocową salsą, ziemniaki opiekane, gruszki marynowane (Alergeny: zboża zawierające gluten, gorczyca)
Podwieczorek: Pomarańcza z miętą
Kolacja: Makaron z wędzonym łososiem i serem mascarpone (Alergeny: gorczyca, mleko i pochodne, zboża zawierające gluten, ryby)

CZWARTEK

I śniadanie: Energetyczne musli z owocami (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, orzechy)
II śniadanie: Zupa marchewkowa z kolendrą (Alergeny: seler)
Obiad: Zrazy z indyka zapiekane z pieczarkami, buraczki z jabłkiem, kasza (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, gorczyca)
Podwieczorek: Suszone owoce
Kolacja: Ruloniki z szynki w galarecie, pieczywo, warzywa konserwowe (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, gorczyca)

PIĄTEK

I śniadanie: Jogurtowa granola z brzoskwinia (Alergeny: mleko i pochodne, zboża zawierające gluten, gorczyca)
II śniadanie: Zupa grzybowa (Alergeny: seler)
Obiad: Filet z morszczuka w sosie pomidorowym, puree z ziemniaków, fasolka z masłem (Alergeny: zboża zawierające gluten, jaja, mleko i pochodne, ryby, soja, gorczyca)
Podwieczorek: Ciasteczka z sezamem (Alergeny: mleko i pochodne, jaja, sezam, gorczyca)
Kolacja: Zapiekanka warzywna z parmezanem (Alergeny: gorczyca, jaja, mleko i pochodne)

SOBOTA

I śniadanie: Bruschetta z pomidorami, bazylią i parmezanem (Alergeny: zboża zawierające gluten, gorczyca)
II śniadanie: Pudding z chia z musem wiśniowym (Alergeny: mleko i pochodne, gorczyca)
Obiad: Kurczak pieczony z jabłkiem, talarki opiekane, surówka z marchewki i jabłka (Alergeny: gorczyca, mleko i pochodne, zboża zawierające gluten)
Podwieczorek: Serek waniliowy z brzoskwiniami (Alergeny: mleko i pochodne)
Kolacja: Sałatka z kopru włoskiego i tuńczyka (Alergeny: ryby, mleko i pochodne)

NIEDZIELA

I śniadanie: Serek wiejski z rzodkiewką, szczypiorem i kielkami, pieczywo (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne, soja)
II śniadanie: Zupa z ryżu i zielonego groszku (Alergeny: seler)
Obiad: Pulpety drobiowe w sosie grzybowym, kasza jaglana, brokuły z masłem (Alergeny: zboża zawierające gluten, mleko i pochodne)
Podwieczorek: Brzoskwinia
Kolacja: Grillowane warzywa z serem na ostro (Alergeny: mleko i pochodne, gorczyca)

Zamówienia: malgorzata.klimek@orlen.pl / +48 697 860 042
hotel.petrochemia@orlen.pl / +24 365 60 01

