

Posiłek / potrawa / składniki	DIETA BASIC VEGE+RYBY
<p>Śniadanie Frittata z mozzarellą i szpinakiem oraz salsą pomidorową</p>	<p>Jaja kurze całe, Mleko spożywcze, 2% tłuszczu, Masło klarowane, Cebula, Czosnek, Szpinak, Ser mozzarella, Szczypiorek, Pomidory z puszki (krojone), Cebula czerwona, Papryka zielona</p>
<p>Obiad Kotlet wegetariański z czerwonej fasoli podany z gratine ziemniaczanym i surówką z białej rzodkwi, marchewki i jabłka</p>	<p>Fasola czerwona (konserwowa), Cebula, Czosnek, Jaja kurze całe, Pietruszka, liście, Mąka pszenna typ 500, Bułka tarta, Olej rzepakowy, Ziemniaki, gotowane w wodzie, Śmietanka kremowa, 30% tłuszczu, Masło ekstra, Ser mozzarella, Jaja kurze całe, Pietruszka, korzeń, Cebula, Jabłko, Marchew, Biała rzodkiew, Jogurt naturalny, 2% tłuszczu</p>
<p>Kolacja Gołąbki z pieczarkami, soczewicą i serem solankowym w sosie koperkowym podane z pieczywem od Bo Chenka</p>	<p>Pieczarki smażone, Soczewica czerwona ugotowana, Ser typu Feta, Cebula, Kasza gryczana, gotowana, pieprz, Czosnek, Olej rzepakowy, Kapusta włoska, Bulion warzywny, Sycylijszyk, chleb pszenno-żytni z oliwkami, Bochenek, Śmietana, 18% tłuszczu, Koper ogrodowy, Bulion warzywny, Czosnek, Bazylia świeża, Sól biała, pieprz</p>