

Posiłek / potrawa / składniki	LUNCH BOX VEGE+RYBY
<b>II śniadanie</b> Buddha bowl z komosą ryżową, ananasem, batatami, ciecierzycą i dressingiem tahini	Komosa ryżowa (Quinoa), ziarna gotowane, Migdały, Batat, Ciecierzycza (w zalewie), <b>curry</b> , Papryka czerwona, Kurkuma, Papryczka ostra chili, Ananas, Pietruszka, liście, <b>Pasta sezamowa</b> , Musztarda, Miód pszczeni, Woda
<b>Obiad</b> Lasagne z wołowiną wegańską, warzywami i parmezanem	Makaron lasagne, Ser, parmezan, Oliwa z oliwek, Cebula, Seler naciowy, Marchew, <b>Mięso wegańskie</b> , Wino czerwone, Koncentrat pomidorowy, 30%, Bulion warzywny, Passata pomidorowa (przecier), Masło ekstra, Mąka pszenna, typ 500, Mleko spożywcze, 1,5 % tłuszczu
<b>Podwieczorek</b> Koktajl jogurtowy z pomarańczą, bananem i imbirem	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu, Pomarańcza, Banan, Imbir świeży, Miód pszczeni