



by Restauracja „Dzika Kaczka”

Dieta 1500 kcal

DZIEŃ 8



by Restauracja „Dzika Kaczka”

MENU NA DZIŚ:

- ŚNIADANIE - placki z kaszy gryczanej i cukinii – 10 zł/por.
- II ŚNIADANIE - ciasteczka quinoa – 7 zł/por.
- OBIAD - kurczak z makaronem razowym – 15 zł/por.
- PODWIECZOREK - sałatka z brązowego ryżu z orzechami laskowymi – 7zł/por.
- KOLACJA - sałatka z mozzarellą, pomidorami suszonymi i oliwkami – 15 zł/por.

- ✓ spożyć w ciągu 24h
- ✓ do czasu spożycia należy przechowywać w temperaturze 2-4 st. C



by Restauracja „Dzika Kaczka”

SKŁAD POTRAW

Śniadanie (436 kcal) – cebula biała, cukinia, jaja, kasza gryczana, kolendra, mąka pszenna, natka pietruszki, olej, pieprz, sos sojowy, sól, ziele angielskie *3, 1, 6,

II Śniadanie (203 kcal) – daktyle, len złoty, olej z orzechów laskowych, quinoa płatki, sezam ziarno, ziarno słonecznika, sok jabłkowy *8, 11

Obiad (498 kcal) – cukinia, filet z kurczaka, makaron pełnoziarnisty, marchew, oliwa z oliwek, oliwki czarne, papryka, pomidory *1

Podwieczorek (184 kcal) – natka pietruszki, oliwa z oliwek, orzechy laskowe, papryka, pieczarki, ryż brązowy, seler łodygowy, szczypiorek *8

Kolacja (231 kcal) – bazylia, mięta, miód, ocet winny, oliwa z oliwek, oliwki czarne, pieprz, pomidory suszone, sałata rucola, ser mozzarella, sól *7

ALERGENY – LEGENDA*

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą)
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne
12. Dwutlenek siarki i siarczyny
13. Łubin i produkty pochodne
14. Mięczaki i produkty pochodne

* podczas procesu technologicznego wszystkich dań wykorzystywane są produkty mogące zawierać śladowe ilości orzechów, soi, selera, glutenu i produktów pochodnych

ZAMÓWIENIA, INFORMACJE: kontakt@sngfitcatering.pl



by Restauracja „Dzika Kaczka”