

<b>Reggeli</b>	Fetás tojáskrémes szendvics paprikával	Olívás túrókrém	Borsókrémes pirítós	Kétsajtos quesadilla	Avokádókrém	Holland melegszendvics	Lencsekrémes pirítós
<b>Tízórai</b>	Mangós puding	Körtés kekszes puding fahéjjal	Almás szeletelt mandulás joghurt	Körte müzlivél	Pudingos kókuszgolyó	Zöld turmix	Házi gyümölcs joghurt meggyel, dióval
<b>Ebéd</b>	Céklás kölesrizottó grill sajttal	Pikáns tofuragu hagymás édesburgonyával	Rántott sajt, zsírszegény sajtból sült zellerrel és tartármártással	Karfiolpaprikás zöldséges-sajtos rizssalátával	Könnyű túróscsusza	Grill lazac sütőtök tócsnival	Sajtos polenta gombapaprikással
<b>Uzsonna</b>	Mangós krémtúró fahéjjal	Kókuszos mangós álmom	Kakaós málnás túrókrém	Almás Graham-palacsinta	Túrós meggyes pite	Könnyű túrógombóc	Mákos meggyes túros nudli
<b>Vacsora</b>	Sütőtökkremleves	Sovány sajtos paprikatál	Zellerkrémleves	Halfilé zöldség ágyon	Ratatouille	Lencsekrémleves	Joghurtos céklakremleves fetasajtos krutonnal