

	1. nap	2. nap	3. nap	4. nap	5. nap	6. nap	7. nap
Reggeli	Cukkinikrém csirkesonkával, friss zöldségekkel Gluténmentes magos kenyér	Tojáskrém Gluténmentes kenyér Kaliforniai paprika	Bruschetta pulykasonkával, salátával	Gyümölcstea Tonhalas kukoricatortilla salátával	Házi májkrém Margarin Gluténmentes magvas kenyér Retek	Padlizsánkrém Gépsonka Gluténmentes magvas kenyér Koktélparadicsom	Lazacos-tormás saláta Gluténmentes magvas kenyér
Tízórai	Csokoládés chia puding	Raffaello golyó	Panna Cotta	Mandulás-ananászos puding	Epres-túrós palacsinta	Diós sajtkrém zöldség mártogatóssal Kölesgolyó	Sárgarépas muffin
Ebéd	Zellerleves pirított mandulával Rakott padlizsán édesburgonyával	Narancsos-tökös sárgarépa leves Zöldfűszeres tőkehalfilé Cukkínis rizs	Bolognai spagetti csirkehússal, rukkolával	Csirkehúsleves tésztával Zöldséges pulykacomb cserépedényben kölessel	Paella sertéshúsból, barnarizzsal Salátamix olívaolajjal	Hamis gulyásleves Bazsalikomos csirkemáj petrezselymes burgonyával Salátakeverék olívaolajjal	Fehérrépakrémleves pirított szezámmal Gyros tál salátával, pulykahúsból Párolt vadrizs
Üzsonna	Diós-zabpelyhes répas golyó	Kapros túrókrém (laktózmentes) Zöldséghasábok	Zelleres-sárgarépas céklasaláta Puffasztott köles	Gyümölcsös rizs	Joghurtos meggykrém	Túrókrém narancssal	Gyömbéres gyümölcssaláta mandulaforgáccsal
Vacsora	Sárgarépas köles Ananászos tőkehalfilé	Csőben sült spenótos-sajtos tészta (gluténmentes)	Olaszos quinoa saláta fetával	Sült csirkecomb tzatziki salátával, pirított	Tojásos galuska spenóttal, uborkasalátával	Ananászos melegszendvics zöldsalátával	Tojássaláta Rozsos abonett