Olga Müllerová

DEN 1

DOPOLEDNÍ SVAČINA



Chléb s bylinkovou pomazánkou

1/2 Patifu Pomazánka s bylinkami 1/3 Penam Fit Chléb slunečnicový

Pomazánku namažte na pečivo. Chcete-li, přidejte nakrájenou zeleninu.

OBĚD



Vepřová játra na cibulce, rýže

DEN 2

DOPOLEDNÍ SVAČINA



Čokoládový puding, ovoce

1 High Protein puding čoko

K pudingu podávajte nakrájené ovoce. Můžete jej do pudingu i vmíchat.

OBĚD



Rýžové nudle s kuřecím masem

DEN 3

DOPOLEDNÍ SVAČINA



Chléb s bylinkovou pomazánkou

1/2 Patifu Pomazánka s bylinkami 1/2 Rajčata Cherry 1/3 Penam Fit Chléb slunečnicový

Příprava

Pomazánku namažte na pečivo. Chcete-li, přidejte nakrájenou zeleninu.

OBĚD



Svíčková na smetaně, houskový knedlík

DEN 4

DOPOLEDNÍ SVAČINA



Salátek na způsob caprese

1/2 Rajčata Cherry 1 Galbani Mozzarella 1/3 Penam Fit Chléb slunečnicový

Příprava

Mozzarellu nakrájejde a smíchejte s rajčátku. Dochuťte solí, pepřem, olivovým olejem. Snězte samotné nebo s plátkem pečiva.

OBĚD



Špagety s boloňskou

734 602 600 zakaznici@budtekomfi.cz

komfi