



## ***Wege z rybami i owocami morza – przykładowe menu***

### **ŚNIADANIE**

**Orzechowa granola z cytrynowym jogurtem naturalnym, chia i jagodami**

### **DRUGIE ŚNIADANIE**

**Chłodnik litewski**

### **OBIAD**

**Karmazyn w sosie teriyaki na cukiniowym spaghetti z makaronem**

### **PODWIECZOREK**

**Mus czekoladowy z figą**

### **KOLACJA**

**Sałatka z groszkiem cukrowym i boczniakami**