

REJOY TÝŽDENNÉ MENU

P

- R: Ovocná miska (hruška, banán, jablko)
- O: Buddha miska s tofu a cviklou
- V: Mexické wrapy

U

- R: Ovsená kaša s banánom a škoricou
- O: Pohánkové rizoto
- V: Pečená koreňová zelenina

S

- R: Zelené smoothie
- O: Dhal z červenej šošovice s ryžou
- V: Parená zelenina (kel, brokolica, petržlen)

Š

- R: Pohánková kaša
- O: Cestoviny s nesyrovou omáčkou
- V: Zelený šalát s pohánkou a avokádom

P

- R: Miska plná ovocia
- O: Šampiňónový paprikáš
- V: Hummus so zeleninou

S

- R: Granola s mliekom
- O: Quinoa s tempehom
- V: Varené pečené pučené zemiaky

N

- R: Ceznočná kaša s mangom a kurkumou
- O: Rýchle šošovicové curry
- V: Pečené batáty s cícerom