

## SPIS POTRAW

Kanapki .....	2
Serowe bułeczki .....	2
Kolorowe serowe kulki .....	2
Zupa z cykorii .....	4
Zupa ze szpinakiem i kukurydzą .....	4
Zupa cytrynowa .....	4
Ryba duszona .....	6
Zapiekane śledzie .....	6
Mintaj w ostrym sosie .....	6
Makaron z grzybami .....	8
Makaron z ziołami .....	8
Makaron ze szpinakiem .....	8
Nadziewane papryki .....	10
Brukselka zapiekana z ryżem .....	10
Bliny ryżowe .....	10
Zielona soczewica .....	12
Pierogi z soczewicą .....	12
Sałátka z soczewicy .....	12
Kotlety sojowe .....	14
Paszтет sojowy .....	14
Soja z marchwią i porem .....	14
Kasza z grzybami .....	16
Gołąbki z kaszą .....	16
Kuskus z serem kozim .....	16
Kofta .....	18
Kotlety z tofu .....	18
Gulasz z tofu .....	18
Cukinia w sosie pomidorowym .....	20
Zapiekana cukinia .....	20
Omlet z cukinią .....	20
Roladki z bakłażana .....	22
Zapiekanka z parmezanem .....	22
Bakłażan zapiekany z cukinią .....	22
Pakora .....	24
Tarta brokułowa .....	24
Zapiekanka ziemniaczana .....	24
Sałátka z fetą .....	26
Sałátka zdrowia .....	26
Sałátka z wędzonym łososiem .....	26
Sałátka owocowa .....	28
Pikantna sałatka z melona .....	28
Sałátka grejpfrutowa .....	28
Ciasto marchewkowe .....	30
Ciasto migdałowe .....	30
Ciasto z jabłkami .....	30

