

Vegetariánské

Týdenní menu od 20. 04. - 24. 04. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ – Vločková kaše s čerstvým ovocem a mátou 1220kj-A-1,7

OBĚD – Žampionový gulášek se zeleninkou rýže Basmati 1420kj

VEČEŘE – Hráškový krém s krutony a smetanou 990kj-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ – Pomazánka tzatziki celozrnné pečivo zelenina 1196kj-A-1,7

OBĚD – Segedínský gulášek s uzeným tofu a nočky 1520kj-A-1,7

VEČEŘE – Zeleninová omeletka se salátkem 1170kj-A-3,7

STŘEDA

SNÍDANĚ – Obložený sendvič vajíčkem a bílou ředkvi zelenina 1190kj-A-1,3,7

OBĚD – Fazolky se syrovou omáčkou mandlemi semolinové těstoviny 1420kj-A-1,7,8

VEČEŘE – Řecký salát s žitným pečivem 1390kj-A-7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Cizrnová pomazánka sušené rajče pečivo zelenina 1099kj-A-1,7

OBĚD – Těstoviny s petrželovým pestem chilli tofu a parmezánem 1190kj-A-1,7,8

VEČEŘE – Bylinkový salát s houbami knäckebrot 990kj-A-1

PÁTEK

SNÍDANĚ – Ovocné muslí s bílým jogurtem a pomerančem 1220kj-A-1,7

OBĚD – Guláš z hlívy ústřičné těstovinová rýže 1270kj-A-1

VEČEŘE – Vajíčková omeleta se zeleninou 1290kj-A-3,7

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.

Doporučení na svačiny:

Dopolední ovoce – pozor na množství

Odpolední – mléčný výrobek, zelenina, nebo semínka, oříšky – pozor na množství

„**A**“ znamená Alergen, následující **ČÍSLO**, popřípadě i písmeno odkazuje na konkrétní alergen (ze seznamu alergenů), který je v pokrmu obsažen. Seznam alergenů najdete jako přílohu v emailu.