

Týdenní menu od 24. 11. - 28. 11. 2025

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ- Obložené celozrnné pečivo bílou ředkvi a sýrem zelenina 1099kj-A-1,7
SVAČINA - Míchaná vajíčka s jarní cibulkou knackebrot 990kj-A-1,3,7
OBĚD- Hovězí v mrkvi s hráškovým bulgurem 1590kj-A-1
SVAČINA - Plátek šunky s ovocem 890kj
VEČEŘE - Salát Valérie celozrnné pečivo 1156kj-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Sýrová pomazánka s jablky pekanovými ořechy zelenina 1190kj-A-1,7,8
SVAČINA - Hrubozrnný chléb s lučinou kiwi a mandarinkou 880kj-A-1,7
OBĚD - Špagety s kuřecím masem žampiony a smetanovou omáčkou 1570kj-A-1,7
SVAČINA - Šopský salát knackebrot 746kj-A-1,7
VEČEŘE - Pikantní fazole s rajčaty a sýrem feta rýže Basmati 1420kj-A-7

STŘEDA

SNÍDANĚ - Vajíčková pomazánka s polníčkem pečivo zelenina 1190kj-A-1,3,7
SVAČINA - Šunkový sendvič zelenina 7990kj-A-1,7
OBĚD - Kuřecí plátek s medovo koprovou omáčkou salát z bulugy 1620kj-A-7,10
SVAČINA - Ovocný salát s jogurtem 890kj-A-7
VEČEŘE - Tofu čína rýže Basmati 1560kj-A-6,8

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Toast s avokádem dušenou šunkou sýrem rajčaty zelenina 1370kJ-A-1,7

SVAČINA -Sýrové jednohubky 980kJ-A-7

OBĚD – Kuřecí směs s brokolící paprikou smetanou těstoviny 1590kJ-A-1,7

SVAČINA- Mrkvový salát s ananase a ořechy 790kJ-A-8

VEČEŘE - Špecle s kyselým zelím pršutem zelenina 1390kJ-A-1

PÁTEK

SNÍDANĚ – Pomazánka z červené řepy celozrnné pečivo zelenina 1190kJ-A-1,7

SVAČINA – Ananasová salsa s rýžovým chlebičkem 980kJ-A-11

OBĚD – Zapečené papriky masovou směsí a sýrem bramborové pyré 1490kJ-A-7

SVAČINA – Banán s musli tyčinkou 799kJ-A-1,8

VEČEŘE – Noky se špenátem pršutem a smetanovou omáčkou 1490kJ-A-1,7

„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.

Nutriční hodnota je zajištěna pouze při dodržení celodenního stravovacího programu