

Týdenní menu od 23. 06. - 27. 06. 2025

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Obložený celozrnný chléb dušenou šunkou a paprikou 1099kj-A-1,7
SVAČINA - Ovoce s musli tyčinkou 790kj-A-1,8
OBĚD - Kuřecí plátek v jogurtu s mangovo ananasovou salsou 1490kj-A-7
SVAČINA - Ledový salát s citrusovým mixem a brusinkami 399kj
VEČEŘE - Letní květákové lečo s vejcem celozrnné pečivo 1190kj-A-1,3

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Porková pomazánka se šunkou celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7
SVAČINA - Obložený celozrnný rohlík se sýrem a paprikou zelenina 890kj-A-1,7
OBĚD - Hovězí Mexiko se sýrem feta rýže Basmati 1590kj-A-7
SVAČINA - Fit nápoj s cereální sušenkou 890kj-A-1,7
VEČEŘE - Salát Valerie celozrnné pečivo 1156kj-A-1,7

STŘEDA

SNÍDANĚ - Krutí sendvič s rajčátky a ředkvičkou zelenina 1250kj-A-1,7
SVAČINA - Rýžový chlébíček s ovocným mixem 980kj-A-11
OBĚD - Kuřecí závitky se špenátem lososem a nivou bramborová kaše 1620kj-A-4,7
SVAČINA - Banán s jogurtovým nápojem 499kj
VEČEŘE - Pikantní zeleninový salát s kuřecím masem a krutony 1320kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Pikantní sýrová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1290kJ-A-1,7

SVAČINA - Hroznovo šunková jehla 890kJ

OBĚD – Rýžové nudle s masovou směsí a čerstvou zeleninkou 1420kJ-A-6,8

SVAČINA- Choco krupsi s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 760kJ-A-1,7,8

VEČEŘE - Kuřecí kousky s bramborem brokolici a sýrem feta 1480kJ-A-7,11

PÁTEK

SNÍDANĚ – Obložená fit bagetka se sýrem vajíčkem a ředkvičkou 1290kJ-A-1,3,7

SVAČINA - Ovocný salát s kokosem 790kJ

OBĚD – Kapustový karbanátek s bramborovou kaší zelenina 1420kJ

SVAČINA – Obložený chléb kuřecí šunkou zelenina 899kJ-A-1,7

VEČEŘE – Tofu čína rýže Basmati 1290kJ-A-6,8

„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

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.