

Vegetariánské

Týdenní menu od 26. 01. - 30. 01. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Hrášková pomazánka s mátou celozrnné pečivo zelenina 1190kJ-A-1,7
OBĚD - Těstoviny s petrželovým pestem a pečenou paprikou zelenina 1370kJ-A-1,8
VEČEŘE - Salát plný energie knäckebrot 1270kJ-A-1

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Obložený sendvič sýrem Grant Moravia zelenina 1099kJ-A-1,7
OBĚD - Bylinkové špecle s listovým špenátem vajíčkem zelenina 1290kJ-A-1,3
VEČEŘE - Omeletka s tofu po čínsku 1470kJ-A-3,6

STŘEDA

SNÍDANĚ - Čočková pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1256kJ-A-1,3,7
OBĚD - Houbové rizoto s nivou a salátkem 1370kJ-A-7
VEČEŘE - Zeleninový salát s kozím sýrem knäckebrot 1290kJ-A-1,7,8

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Ředkvičková pomazánka s vajíčkem pečivo zelenina 1099kJ-A-1,3,7
OBĚD - Francouzské brambory s čalamádou 1590kJ-A-3,7
VEČEŘE - Čočkový salát z bulugy s vajíčkem zelenina 1420kJ-A-3

PÁTEK

SNÍDANĚ - Tvarohová pomazánka s ovocem celozrnné pečivo zelenina 1120kJ-A-1,7,8
OBĚD - Zeleninové lečo s bramborem zelenina 1470kJ-A-3
VEČEŘE - Brokolicev krém s křutony pečivo 990kJ-A-1,7

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.

Doporučení na svačiny:

Dopolední ovoce - pozor na množství

Odpolední – mléčný výrobek, zelenina, nebo semínka, oříchky – 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.