

Týdenní menu od 20. 10. - 24. 10. 2025

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Brokolicová pomazánka se šunkou pečivo zelenina 1031kJ-A-1,7
SVAČINA - Kiwi s musli tyčinkou 890kJ-A-1,8
OBĚD - Dušená panenka s hlívou kapustou a rajčaty rýže Basmati 1420kJ
SVAČINA - Ledový salát s citrusovým mixem a brusinkami 399kJ
VEČEŘE - Noky s pršutem špenátem a smetanou 1490kJ-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Obložená bagetka se šunkou paprikou zelenina 1220kJ-A-1,7
SVAČINA - Bílý jogurt s čerstvým ovocem a cereální sušenkou 980kJ-A-1,7
OBĚD - Noky se špenátem a krutím masem zelenina 1420kJ-A-1
SVAČINA - Salát z mrkve pomeranče a tvarohu 890kJ-A-7
VEČEŘE - Salát z fazolek oliv rajčat vajec brambor a tuňáka 1970kJ-A-3,4

STŘEDA

SNÍDANĚ - Celozrnný toast se šunkou a čedarem zelenina 1190kJ-A-1,7
SVAČINA - Vanilkové taštičky s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 985kJ-A-1,7
OBĚD - Hovězí Mexiko se sýrem feta rýže Basmati 1590kJ-A-7
SVAČINA Cuketový krém s krutony a smetenou 799kJ-A-1,7
VEČEŘE - Fresh salát s kuřecím masem knäckebrot 1420kJ-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Ředkvičkový salát se šunkou celozrnné pečivo zelenina 1099kJ-A-1,7

SVAČINA – Ovocný salát s jogurtem a chia semínky 79kJ-A-7

OBĚD – Kuřecí rizoto na kari s čerstvou zeleninkou a salátkem 1420kJ

SVAČINA- Špaldový koláč se zákysem 989kJ-A-1,7,8

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

PÁTEK

SNÍDANĚ – Tuňáková pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1113kJ-A-1,3,4,7

SVAČINA - Šunkové balíčky se zeleninkou 890kJ-A-1,7

OBĚD – Kapustové karbanátky s bramborovou kaší zelenina 1420kJ-A-3

SVAČINA – Mini bebe s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 890kJ-A-1,7

VEČEŘE – Kuřecí salát na sladko knäckebröt 1290kJ-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