

Vegetariánské

Týdenní menu od 25. 05. - 29. 05. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Žitný chléb s lučinou sýrem a paprikou zelenina 1210kj-A-1,7

OBĚD - Dušená zeleninka se špagetami a nivou 1420kj-A-1,7

VEČEŘE - Plněná rajčata sýrem cottage knackebrot 1290kj-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Porková pomazánka se sýrem celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7

OBĚD - Plněné brambory se sýrem houby salátek 1490kj-A-7

VEČEŘE - Zeleninový gulášek s nočky 1290kj-A-1,3

STŘEDA

SNÍDANĚ - Ředkvičkový salát celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,3,7

OBĚD - Bulgurový kotlík se sušenými rajčaty řepou a olivami 1570kj-A-1

VEČEŘE - Chřestová polévka s krutony 1020kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Špízy s mini mozarellou cherry rajčátky a bazalkovým pestem 960kj-A-1,7

OBĚD - Cuketa na kari rýže Basmati 1420kj-A-7

VEČEŘE - Brokoliceový salát s fazolemi celozrnné pečivo 1290kj-A-1,3,7

PÁTEK

SNÍDANĚ - Bílý jogurt s ovocným mixem a cereální sušenkou 989kj-A-1,7

OBĚD - Těstoviny s brokolici a omáčkou z mascarpone 1390kj-A-1,7

VEČEŘE - Rýžový salátek s čerstvou zeleninkou a vajíčkem 1120kj-A-3

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.