

Týdenní menu od 12. 01. - 16. 01. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Celerovo mrkvová pomazánka pečivo zelenina 1149kJ-A-1,7,9

SVAČINA - Celozrnný chléb s žervé plátkem šunky zelenina 840kJ-A-1,7

OBĚD - Hovězí na houbách s pohankou 1590kJ

SVAČINA - Nugátové taštičky s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 989kJ-A-7

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

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Míchaná vajíčka se šunkou bylinkami pečivo zelenina 1220kJ-A-1,3,7

SVAČINA - Proteinový dezert 790kJ

OBĚD - Penne s panenkou hráškem mascarpone zelenina 1590kJ-A-1,7

SVAČINA - Ředkvičkový salát s cherry rajčaty a smetanou knackebrot 890kJ-A-7

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

STŘEDA

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

SVAČINA - Šunkové jednohubky se zeleninkou 980kJ

OBĚD - Dietní segedínský gulášek s krutím masem a špeclemi 1570kJ-A-1,7

SVAČINA - Ledový salát s citrusovým mixem a brusinkami 399kJ

VEČEŘE - Salát Valérie celozrnné pečivo 1156kJ-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Ovesná kaše s čerstvým ovocem ořechy chia a medem 1220kJ-A-1,7,8

SVAČINA -Fit nápoj s musli tyčinkou 890kJ-A-1,7,8

OBĚD – Kuřecí plátek s fazolkami sýrovou omáčkou šťouchaný brambor 1620kJ-A-7

SVAČINA- Ovocný salát s pekanovými ořechy 890kJ-A-8

VEČEŘE - Kari rýže se zeleninkou červenou čočkou zelenina 1420kJ

PÁTEK

SNÍDANĚ – Kuřecí sendvič se zeleninkou 1220kJ-A-1,7

SVAČINA - Pomeranč s plátkem žitného chleba 890kJ-A-1,7

OBĚD - Kuřecí rizoto na kari s čerstvou zeleninou a salátkem 1420kJ-A-7

SVAČINA - Celozrnné sušenky s jogurtovým nápojem 980kJ-A-7

VEČEŘE - Noky s pancetou špenátem a smetanou zelenina 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

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.