

Týdenní menu od 02. 03. - 06. 03. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Sendvič s dušenou šunkou čerstvým špenátem a okurkou 1310kJ-A-1,7

SVAČINA - Ovoce s musli tyčinkou 840kJ-A-1,8

OBĚD - Kuřecí špíz s paprikou pršutem hráškem štouchaný brambor 1690kJ

SVAČINA - Mrkvový salát s ananasem a mandlemi 690kJ-A-8

VEČEŘE - Fitness salát s kuřecím masem knackebrot 1370kJ-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Pórková pomazánka se šunkou celozrnné pečivo zelenina 1099kJ-A-1,7

SVAČINA - Mini Bebe s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 890kJ-A-7

OBĚD - Špagety s kuřecím masem a žampionovo smetanovou omáčkou 1570kJ-A-1,7

SVAČINA - Ovocný salát s chia semínky a kokosem 890kJ

VEČEŘE - Kuskusový salát s tuňákem a čerstvou zeleninkou 1390kJ-A-1,4

STŘEDA

SNÍDANĚ - Bochánek se zapečeným vejcem v paprikách zelenina 1210kJ-A-1,3

SVAČINA - Cottage s lesním ovocem a datlovým sirupem 890kJ-A-7

OBĚD - Kuřecí směs s rajčatovo cuketovou směsí rýže Basmati 1490kJ

SVAČINA - Zeleninový salát s jogurtovou zálivkou žitný chléb 790kJ-A-1,7

VEČEŘE - Guláš z hlívy ústřičné těstovinová rýže 1231kJ-A-1

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Vajíčková pomazánka s polníčkem pečivo zelenina 1190kJ-A-1,3,7

SVAČINA -Plátek šunky s ananase 780kJ

OBĚD – Kuřecí plátek na paprice se smetanou a špeclmi 1620kJ-A-1,7

SVAČINA- Špaldový koláč s mandarinkou 989kJ-A-1,7,8

VEČEŘE - Dušená panenka na kari se zeleninkou a rýží 1420kJ

PÁTEK

SNÍDANĚ – Květáková pomazánka s paprikou vajíčkem pečivo zelenina 1190kJ-A-3

SVAČINA - Plátek sýra s okurkou a rajčetem 790kJ

OBĚD - Vylítaný ptáček rýže Basmati 1690kJ-A-3,10

SVAČINA - Jogurtová nápoj s cereální sušenkou 890kJ-A-1,7

VEČEŘE - Těstovinový salát s panenkou a bylinkami 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.