Týdenní menu od 02. 11. - 06. 11. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ- Cottage s okurkou celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7
SVAČINA - Ovoce s Bio rýžovým chlebíčkem 980kj-A-11
OBĚD- Boloňské špagety sypané parmezánem 1689kj-A-1,7
SVAČINA - Šunkové balíčky se zeleninkou 890kj-A-1,7
VEČEŘE - Kuřecí salát s avokádem knäckebrot 1470kj-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Obložený celozrnný chléb žervé vajíčkem a mrkví 1367kj-A-1,3,7
SVAČINA – Ovocný mix s bílým jogurtem 890kj-A-7
OBĚD - Kuřecí čína s čerstvou zeleninkou rýže Basmati 1590kj-A-6,8,9
SVAČINA - Plněné okurky tuňákovou pomazánkou knackebrot 890kj-A-1,3,4,7
VEČEŘE - Guláš z hlívy ústřičné celozrnné pečivo 1231kj

STŘEDA

SNÍDANĚ – Míchaná vajíčka s cibulkou bylinkami pečivo zelenina 1220kj-A-1,3,7
SVAČINA - Plátek šunky s ananasem 790kj
OBĚD – Kuřecí směs s dušenou zeleninou a zeleninovým kuskusem 1690kj-A-1
SVAČINA – Ovoce s muslli tyčinkou 890kj-A-1,8
VEČEŘE – Penne s panenkou hráškem a mascarpone zelenina 1420kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – *Obložená fit bageta Královským sýrem zelenina 1290kj-A-1,7*
SVAČINA *- Bebe Dobré ráno s ovocem 790kj-A-1*
OBĚD – *Těstovinový salát s kuřecím masem a čerstvou zeleninkou 1750kj-A-1,7*
SVAČINA*- Obložený žitný chléb vajíčkem a paprikou zelenina 790kj-A-1,3,7*
VEČEŘE *- Fitness salát s panenkou celozrnné pečivo 1290kj-A-1,7*

PÁTEK

SNÍDANĚ – *Pikantní sýrová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1290kj-A-1,7*
SVAČINA – *Šunkové jednohubky se zeleninkou 980kj*
OBĚD – *Hovězí na houbách s pohankou 1590kj*
SVAČINA – *Mrkvový salát s hruškou a ořechy 790kj-A-8*
VEČEŘE – *Noky se špenátem hlívou a cuketou 1590kj-A-1*

„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.*