

Vegetariánské

Týdenní menu od 28. 09. - 02. 10. 2026

PONDĚLÍ

Státní svátek

*SNÍDANĚ-
OBĚD -
VEČEŘE-*

ÚTERÝ

SNÍDANĚ – Ovocné musli s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 1220kJ-1,7

OBĚD – Plněné Středomořské žampiony s bramborovou kaší 1420kJ-7

VEČEŘE – Vajíčkový salát s polníčkem celozrnné pečivo 990kJ-A-1,3,7

STŘEDA

SNÍDANĚ – Sýrová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1099kJ-A-1,7

OBĚD – Dušená mrkev na smetaně s fazolkami brambor 1480kJ-A-7

VEČEŘE – Dýňový salát s červenou řepou a pekingským zelím 1170kJ-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Obložený žitný chléb sýrem a paprikou zelenina 1099kJ-1,7

OBĚD – Čočkový salát z bulugy vlašským ořem a okurkou 1470kJ--3

VEČEŘE – Houbofleky s čalamádou 1490kJ-A-1,3

PÁTEK

SNÍDANĚ – Ředkvičkový salát se sýrem celozrnné pečivo zelenina 1190kJ-A-1,7

OBĚD – Těstoviny s brokolicí a omáčkou z mascarpone zelenina 1390kJ-A-1,7

VEČEŘE – Špenátový salát se žampiony a mozarellou celozrnný toast 1370kJ-A-1,7

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.

Doporučení na svačiny:

Dopolední ovoce - pozor na množství

Odpolední – mléčný výrobek, zelenina, nebo semínka, ořšky – pozor na množství

Seznam alergenů najdete jako přílohu v emailu ke každému jídelníčku