

Vegetariánské

Týdenní menu od 15. 12. - 19. 12. 2025

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Obložený sendvič s cherry rajčátky mozarellou zelenina 1190kJ-A-1,7

OBĚD - Květák s paprikovou omáčkou brambor zelenina 1340kJ-A-7

VEČEŘE - Zeleninový gulášek s pohankou 1290kJ-A-1

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Pikantní zeleninová pomazánka pečivo zelenina 1099kJ-A-1,7,9

OBĚD - Těstoviny s gorgonzolovou omáčkou a žampiony 1390kJ-A-1,7

VEČEŘE - Zapečené brambory se sýrem a volským okem zelenina 1390kJ-A-3,7

STŘEDA

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

OBĚD - Mexický fazolový guláš s uzeným tofu rýže Basmati 1220kJ-A-7

VEČEŘE - Řecký zeleninový salát knäckebrot 1190kJ-A-7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Bílý jogurt s čerstvým ovocem a vločkovou směsí 987kJ-A-7,8

OBĚD - Houbové rizoto s nivou a čalamádou 1370kJ-A-7

VEČEŘE - Brokolicev mozeček brambor zelenina 1370kJ-A-3

PÁTEK

SNÍDANĚ - Zeleninový sendvič 1099kJ-A-1,7

OBĚD - Penne s rajčatovou omáčkou a sýrem Grana Padano 1290kJ-A-1,7

VEČEŘE - Vajíčková omeletka se zeleninou 1090kJ-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.