

## *Týdenní menu od 14. 07. – 18. 07. 2025*

### *PONDĚLÍ*

*SNÍDANĚ - Šunkovo zeleninová pomazánka pečivo zelenina 1120kJ-A-1,7*  
*SVAČINA - Ovocný salát s tvarohem 890kJ-A-7*  
*OBĚD - Noky se špenátem a krutím masem zelenina 1420kJ-A-1,7*  
*SVAČINA - Zeleninový salát s vajíčkem knäckebröt 790kJ-A-1,3,7*  
*VEČEŘE - Citrusový salát s kuskusem a restovanou panenkou 1890kJ-A-1*

### *ÚTERÝ*

*SNÍDANĚ - Sendvič s avokádem a ředkvičkou zelenina 1231kJ-A-1,7*  
*SVAČINA - Plátek šunky s jablíčkem 790kJ*  
*OBĚD - Hovězí na houbách s pohankou 1590kJ*  
*SVAČINA - Bílý jogurt s čerstvým ovocem a cereální sušenkou 980kJ-A-1,7*  
*VEČEŘE - Kuřecí salát na sladko celozrnné pečivo 1290kJ-A-1,7*

### *STŘEDA*

*SNÍDANĚ - Svěží pomazánka z mrkve špenátu a bílé ředkve zelenina 1270kJ-A-1,7*  
*SVAČINA - Šunkový sendvič zelenina 790kJ-A-1,7*  
*OBĚD - Kuřecí směs s rajčatovo Cuketovo paprikovou směsí rýže Basmati 1670kJ*  
*SVAČINA - Brokoliceový salát se šunkou vajíčkem a cibulí 990kJ-A-1,3,7*  
*VEČEŘE - Guláš z hlívy ústřičné celozrnné pečivo 1231kJ-A-1*

## ČTVRTEK

*SNÍDANĚ – Obložená bagetka křenovou pěnou a krutí šunkou zelenina 1210kJ-A-1*

*SVAČINA – Meruňka s cereální sušenkou 799kJ-A-1*

*OBĚD – Dušená panenka s hlívu kapustou rajčaty těstovinová rýže 1420kJ-A-1*

*SVAČINA – Zeleninový salát s mini mozzarellou knäckebröt 746kJ-A-1,7*

*VEČEŘE – Pikantní luštěninový salát celozrnné pečivo 1980kJ-A-1*

## PÁTEK

*SNÍDANĚ – Mrkvová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1149kJ-A-1,7,9*

*SVAČINA – Rýžový chlebiček s plátkem šunky zelenina 989kJ-A-7,11*

*OBĚD – Kuřecí čína s čerstvou zeleninkou rýže Basmati 1590kJ-A-6,8*

*SVAČINA – Jogurtový nápoj s ovocem 890kJ-A-7*

*VEČEŘE – Řecký salát s kuřecím masem 1420kJ-A-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.*