

Vegetariánské

Týdenní menu od 23. 03. - 27. 03. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Obložená bagetka ředkvičkou a hermelínem zelenina 1210kj-A-1,7

OBĚD - Vegetariánské chilli s cizrnou a sýrem feta rýže Basmati 1390kj-A-7

VEČEŘE - Luštěninový mix s vajíčkem celozrnné pečivo 1490kj-A-1,3

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Ředkvičková pomazánka se sýrem celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7

OBĚD - Smetanové nočky se žampiony a pórkem 1470kj-A-1,7

VEČEŘE - Keflubenový salát vajíčkem celozrnné pečivo 1290kj-A-1,3

STŘEDA

SNÍDANĚ - Brokolicevá pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1031kj-A-1,7

OBĚD - Hlíva na divoko štouchaný brambor 1270kj-A-7,9

VEČEŘE - Salát z baby špenátu sýrem a rajčaty knackebrot 1120kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Tvarohovo mrkvová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7

OBĚD - Těstoviny se zeleninovým ragú zelenina 1490kj-A-1,7

VEČEŘE - Svěží salát s kuskusem hermelínem a jogurtovým dresinkem 1430kj-A-1,7

PÁTEK

SNÍDANĚ - Ředkvičková pomazánka se sýrem celozrnné pečivo zelenina 1090kj-A-1,7

OBĚD - Zeleninové lečo s haluškami zelenina 1420kj-A-1,3

VEČEŘE - Jarní zeleninový salátek s chřestem knackebrot 990kj-A-1,7

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.