Týdenní menu od 09. 11. - 13. 11. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ- Zapečené vejce v paprikách celozrnné pečivo zelenina 1210kj-A-1,3,7
SVAČINA - Fit nápoj s cereální sušenkou 890kj-A-1,7
OBĚD- Kuřecí rizoto na kari s čerstvou zeleninou salátek 1420kj
SVAČINA - Ovocný salát s ořechy 790kj
VEČEŘE - Zeleninový salát s vajíčkem tuňákem celozrnné pečivo 1420kj-A-1,3,4

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Obložená bagetka kuřecí šunkou zelenina 1099kj-A-1,7
SVAČINA – Ředkvičková pomazánka s vajíčkem pečivo zelenina 1190kj-A-1,3,7
OBĚD – Kuřecí kousky s mrkví hráškem cuketou žampiony brambor 1690kj
SVAČINA - Banán s muslli tyčinkou 799kj-A-1,8
VEČEŘE - Fitness salát s kuřecím masem knäckebrot 1370kj-A-1,7

STŘEDA

SNÍDANĚ – Zeleninová pomazánka se sýrem pečivo zelenina 1290kj-A-1,7
SVAČINA - Plátek šunky se zeleninkou 790kj
OBĚD –Kuřecí plátek s kořenovou zeleninou bramborová kaše 1590kj-A-7,9
SVAČINA –Nugátové taštičky s bílým jogurtem a čerstvým ovocem985kj-A-1,7
VEČEŘE – Kuskus s panenkou restovanou zeleninkou sýrem feta 1199kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – *Květáková pomazánka s vajíčkem paprikou pečivo 1190kj-A-1,3,7,10*
SVAČINA *- Žitný chléb s lučinou a plátkem dušené šunky 890kj-A-7*
OBĚD –*Hovězí po Srbsku farfalle 1590kj*
SVAČINA- *Plátek sýra s hroznovým vínem 890kj-A-7*
VEČEŘE *- Čočkový salát s volským okem a okurkou 1370kj-A-4*

PÁTEK

SNÍDANĚ – *Ovocné muslli s bílým jogurtem ovocem a mandlemi 1370kj-A-1,7,8*
SVAČINA – *Plátek hrubozrnného chleba s žervé šunkou a ananasem 798kj-A-1,*
OBĚD – *Kuřecí plátek s fazolkami nivou šťouchaný brambor 1690kj-A-7*
SVAČINA – *Zeleninový salátek se dvěma druhy sýra knäckebrot 890kj-A-1,7*
VEČEŘE – *Plněné brambory zeleninovým lečem zelenina 1370kj-A-3*

„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.*