

Vegetariánské

Týdenní menu od 02. 03. - 06. 03. 2026

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Vločková kaše s mákem švestkami a mandlemi 1220kj-A-7,8

OBĚD - Vegetariánský bigos štouchaný brambor 1490kj

VEČEŘE - Zeleninový salát s krutony 1570kj-A-1

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Žitný chléb s lučinou sýrem a paprikou zelenina 1210kj-A-1,7

OBĚD - Noky se zeleninku a curry omáčkou 1620kj-A-1,7

VEČEŘE - Pečené brambory se sýrem zeleninový salát 1420kj-A-7

STŘEDA

SNÍDANĚ - Obložený sendvič rajčetem mozarellou zelenina 1260kj-A-1,7

OBĚD - Plněné brambory mexickou směsí a sýrem feta zelenina 1420kj-A-7

VEČEŘE - Bylinkové špecle s listovým špenátem a sýrem cottage 1099kj-A-1,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Chlebaček se zapečeným vejcem v paprikách zelenina 1210kj-A-1,3,7

OBĚD - Špagety se zeleninku a cizrnou 1470kj-A-1

VEČEŘE - Brokolicový krém s krutony 990kj-A-1,7

PÁTEK

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

OBĚD - Špenátové rizoto s houbami a červenou řepou 1490kj

VEČEŘE - Okurkové lodičky s čerstvým salátkem knackebrot 1124kj-A-1,7

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.

Doporučení na svačiny:

Dopolední ovoce - pozor na množství

Odpolední - mléčný výrobek, zelenina, nebo semínka, oříchky - 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.