

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

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ - Brokolicová pomazánka se šunkou pečivo zelenina 1031kJ-A-1,7

SVAČINA - Celozrnné sušenky s čerstvým ovocem 790kJ

OBĚD - Vepřová panenka po Srbsku Farfalle 1635kJ-A-1

SVAČINA - Mrkvový salát s pomerančem a ořechy 790kJ-A-8

VEČEŘE - Zeleninové lečo s cuketou celozrnné pečivo 1290kJ-A-1,3

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Šunkovo zeleninová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1120kJ-A-1

SVAČINA - Pomeranč s musli tyčinkou 890kJ-A-1,8

OBĚD - Kuřecí čína s čerstvou zeleninkou rýže Basmati 1590kJ-A-6,8,9

SVAČINA - Okurková kolečka s tuňákem knäckebrot 980kJ-A-1,3,4,7

VEČEŘE - Špecle s kyselým zelím pršutem zelenina 1390kJ-A-1

STŘEDA

SNÍDANĚ - Sendvič s kuřecí šunkou a okurkou zelenina 1270kJ-A-1,7

SVAČINA - Ovocný špíz se sýrem 790kJ-A-7

OBĚD - Zapečené papriky masovou směsí a sýrem bramborová kaše 1490kJ-A-7

SVAČINA - Chléb s vajíčkem jarní cibulkou a cherry rajčátky 790kJ-A-1,3,7

VEČEŘE - Plněná rajčata Francouzský salátkem knäckebrot 1290kJ-A-1,3,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Obložená celozrnná bulka baby špenátem mozarellou a rajčátky 1261kj

SVAČINA -Choco krupsi s býlím jogurtem a čerstvým ovocem 760kj-A-1,7,8

OBĚD – Mexická směs se sýrem feta rýže Basmati 1590kj-A-7

SVAČINA- Brokolicevým krém s krutony 890kj-A-1,7

VEČEŘE - Teplý salát s mletým masem a zeleninkou 1420kj

PÁTEK

SNÍDANĚ – Obložená bulka se sýrem a ředkvičkou zelenina 1090kj-A-1,7

SVAČINA - Plátek šunky s ovocem 790kj

OBĚD – Kuřecí kousky s chřestem hořčičnou omáčkou štouchaný brambor 1720kj

SVAČINA - Ovocný salát s tvarohem 890kj-A-7

VEČEŘE - Fitness salát s kuřecím masem knäckebröt 1370kj-A-1,7

„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.