

Vegetariánské

Týdenní menu od 17. 11. - 21. 11. 2025

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ-

OBĚD –

VEČEŘE -

STÁTNÍ SVÁTEK

ÚTERÝ

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

OBĚD – Kari rýže s čerstvou zeleninou rajčatový salát 1790kj-A-7

VEČEŘE - Čočkový salát jablkem a chilli tofu 1420kj

STŘEDA

SNÍDANĚ – Obložený sendvič vajíčkem a bílou ředkvi zelenina 1190kj-A-1,3,7

OBĚD – Lehký těstovinový salát se zeleninkou a vajíčkem 1420kj-A-1,3,7

VEČEŘE - Řecký salát s žitným pečivem 1390kj-A-7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ – Cizrnová pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1099kj-A-1,7

OBĚD - Fazolky v cizrnové omáčce rýže Basmati 1490kj-A-7,10

VEČEŘE - Bylinkový salát s houbami celozrnný chléb 990kj-A-1

PÁTEK

SNÍDANĚ – Ovocné musli s bílým jogurtem a pomerančem 1220kj-A-1,7

OBĚD – Guláš z hlívy ústřičné těstovinová rýže 1270kj-A-1

VEČEŘE – Vajíčková omeleta se zeleninou 1290kj-A-3,7

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.