

Vegetariánské

Týdenní menu od 31. 08. - 04. 09. 2026

PONDĚLÍ

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

OBĚD - Noky se švestkovou omáčkou a zakysanou smetanou 1420kj-A-1,7

VEČEŘE - Cizrnový vegan salát celozrnné pečivo 1210kj-A-1,7

ÚTERÝ

SNÍDANĚ - Míchaná vajíčka s jarní cibulkou pečivo zelenina 1195kj-A-1,3,7

OBĚD - Dušená mrkev s hráškem a smetanou brambor 1490kj-A-7

VEČEŘE - Asijská omeletka s houbami zelenina 1270kj-A-3,7,11

STŘEDA

SNÍDANĚ - Dobrá vláknina s bílým jogurtem a čerstvým ovocem 1220kj-A-1,7

OBĚD - Noky s rajčatovo paprikovou omáčkou a mini mozarellou 1620kj-A-1,7

VEČEŘE - Zeleninový salát s vajíčkem knäckebrot 1099kj-A-1,3,7

ČTVRTEK

SNÍDANĚ - Pažitková pomazánka celozrnné pečivo zelenina 1240kj-A-1,7

OBĚD - Hlívový paprikáš rýže Basmati 1520kj-A-7

VEČEŘE - Květáková polévka s pórkem celozrnné pečivo 1270kj-A-1

PÁTEK

SNÍDANĚ - Tzatziky s vložkovou bagetou zelenina 1090kj-A-1,7

OBĚD - Řecký těstovinový salát 1290kj-A-1,7

VEČEŘE - Listový salát s kozím sýrem a malinami knäckebrot 1210kj-A-1,7

Pozor!!!!!! Změna jídelníčku vyhrazena.

Doporučení na svačiny:

Dopolední ovoce - pozor na množství

Odpolední - mléčný výrobek, zelenina, nebo semínka, ořšky - pozor na množství

Seznam alergenů najdete jako přílohu v emailu ke každému jídelníčku