

11.08.2025 / Pondělí

Snídaně:	Ovocné smoothie	7
Svačina 1:	Mrkev a kedlubna	
Oběd:	Vařené brambory se špenátem a vejcem	3, 7
Svačina 2:	Salát z červené řepy a jablka	-
Večeře:	Tříbarevné těstoviny s brokolicí a květákem na česneku	1

V tento den jsou do menu zařazeny:

12.08.2025 / Úterý

Snídaně:	Pohanková kaše s máslem a medem	7
Svačina 1:	Ovoce - detox I	
Oběd:	Zapečené brambory s červenou řepou a sýrem	3, 7
Svačina 2:	Barevný zeleninový salát s vejcem	3
Večeře:	Treska s restovanou zeleninou a dipem	4,7

V tento den jsou do menu zařazeny:

13.08.2025 / Středa

Snídaně:	Zelené smoothie	7
Svačina 1:	Mrkev a jablko	
Oběd:	Kuřecí prso s bulgurem, směs zeleniny s brokolicí	1
Svačina 2:	Zeleninový salát s tuňákem	4
Večeře:	Nadýchaná vaječná omeleta s brokolicí	3

V tento den jsou do menu zařazeny:

14.08.2025 / Čtvrtek

Snídaně:	Jáhlová kaše s máslem a medem	7
Svačina 1:	Ovoce - detox II	
Oběd:	Treska s quinoou a dušenou zeleninou	4
Svačina 2:	Brokolice s jogurtem a kari	7
Večeře:	Čočkový salát s červenou řepou	-

V tento den jsou do menu zařazeny:

15.08.2025 / Pátek

Snídaně:	Müsli s bílým jogurtem a ovocem	7
Svačina 1:	Mrkev a ředkvičky	
Oběd:	Kuřecí prso s tarhoňou a zeleninová směs	1
Svačina 2:	Vaječný salát s jablkem	3,7,10
Večeře:	Kuskus se zeleninou a sýrem	1,7

V tento den jsou do menu zařazeny:

Seznam alergenů:

1. Lepek, 2. Korýši, 3. Vejce, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sója, 7. Mléko, 8. Skořápkové plody, 9. Celer, 10. Hořčice, 11. Sezam, 12. Oxid siřičitý a siřičitany, 13. Vláčí bob, 14. Měkkýši