

JÍDELNÍ LÍSTEK

05.05.2025 / Pondělí

Snídaně:	Dalamánek s ředkvičkovou pomazánkou	1, 7
Svačina 1:	Fazolové cookies	
Oběd:	Bulgur s paprikami a hovězím masem	
Svačina 2:	Smoothie se špenátem a ananasem	7
Večeře:	Těstoviny s krémovou paprikovou omáčkou	1, 7

V tento den jsou do menu zařazeny:

06.05.2025 / Úterý

Snídaně:	Řecký jogurt s ovocným müsli	7
Svačina 1:	Chia dezert s malinami	
Oběd:	Grilované kuřecí prso s quinoou dvou barev	
Svačina 2:	Cuketová roláda plněná lučinou	3,7
Večeře:	Dýňové rizoto s parmazánem	7

V tento den jsou do menu zařazeny:

07.05.2025 / Středa

Snídaně:	Bagetka s bylinkovým máslem, zelenina	1, 7
Svačina 1:	Žluté smoothie	
Oběd:	Lasagne plněné mletým masem a omáčkou bolognese	1, 7
Svačina 2:	Zeleninový salát s riccotou, křehký plátek	1, 7
Večeře:	Brokolicový nákyp se salátkem	1, 3, 7

V tento den jsou do menu zařazeny:

08.05.2025 / Čtvrtek

Snídaně:	Špaldová bulka se sýrovou pomazánkou	1, 3, 7
Svačina 1:	Lehký salátek z rýže, jogurtu, sýra a ananasu	
Oběd:	Kuřecí závitky s jasmínovou rýží a salátkem	7
Svačina 2:	Zeleninový koláč z listového těsta	1, 3, 7
Večeře:	Zapečené rajčatové noky	1, 7

V tento den jsou do menu zařazeny:

09.05.2025 / Pátek

Snídaně:	Ovesná kaše s lesními plody, máslem a medem	1, 7
Svačina 1:	Ovocný fresh s chia semínky	
Oběd:	Vepřová panenka Sous-vide, bramborové pyré	7
Svačina 2:	Závin plněný brokolicí, posypaný sezamem	1, 3, 7, 11
Večeře:	Tabouleh s krůtím masem	1

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. Vlíčí bob, 14. Měkkýši