

09.12.2024 / Pondělí

Snídaně:	Tmavý toust s ricottou a džemem	1, 7
Svačina 1:	Rajče plněné křenovou pěnou	
Oběd:	Vege - Chilli con carne	
Svačina 2:	Lehký zeleninový salát s koprem	7
Večeře:	Vegekuřecí plátky s kukuřicí, rýže třibarev	3, 7
6. jídlo:	Jogurt s banánem a vločkami	1, 7

V tento den jsou do menu zařazeny:**10.12.2024 / Úterý**

Snídaně:	Grahamová bulka s žervé, okurky s paprikou	1, 7
Svačina 1:	Šlehaný tvaroh s ovocem	
Oběd:	Robi maso na šípkové omáče, bramborový knedlík	1, 9
Svačina 2:	Řezy brokolice-mrkvové	1, 3
Večeře:	Sojové kousky s kuskusem a zeleninou	1, 7
6. jídlo:	Ovoce I	

V tento den jsou do menu zařazeny:**11.12.2024 / Středa**

Snídaně:	Banánovo-ovesné trojhránky s dipem	1, 7
Svačina 1:	Křehký plátek se sýrovou pomazánkou	
Oběd:	Vegekuře na šafránu s brambory	7, 8
Svačina 2:	Sýrové rolky s křenem	7
Večeře:	Sojové kousky se zázvorem, bulgur	1, 7
6. jídlo:	Rýžové flameri s kokosem	6, 7

V tento den jsou do menu zařazeny: Ořechy**12.12.2024 / Čtvrtek**

Snídaně:	Celozrnná raženka s uzeným sýrem, rajčata a salát	1, 7
Svačina 1:	Domácí termix	
Oběd:	Vegehovězí bourguignon, těstoviny	1
Svačina 2:	Závin plněný jablky s rozinkami	1, 3
Večeře:	Vege Bramborovo-květákový nákyp	3, 7
6. jídlo:	Smoothie	7

V tento den jsou do menu zařazeny: Houby**13.12.2024 / Pátek**

Snídaně:	Grahamový rohlík s vajíčkovou pomazánkou, ředkvičky a rukola	1, 3, 7, 10
Svačina 1:	Čerstvé ovoce I	
Oběd:	Tortilla s tofu a fazolemi	1, 7
Svačina 2:	Rýžový salát se sýrem a ananasem	3, 7
Večeře:	Celozrnné těstoviny s mrkví a hráškem	1, 7
6. jídlo:	Tmavý toustový chléb s cottage	1, 7

V tento den jsou do menu zařazeny:**Seznam alergenů:**

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