

Jídelníček 19.1. - 23.1.



Pondělí:

Dop. Svač.: Jogobella bez přidaného cukru, pohankové vločky, ovoce (7)

Oběd: Drůbeží vývar s masem, zeleninou a játrovou rýží (1, 3, 9), Špagety al pomodoro sypané sýrem (1, 7)

Odp. Svač.: Chléb, domácí bylinkové máslo, mléko, zelenina (1, 6, 7)

Oběd Vege: Zeleninový vývar s rýží (1, 3, 9), Špagety al pomodoro sypané sýrem (1, 7)

Úterý:

Dop. Svač.: Zrníčková bageta, kuřecí pomazánka s čerstvou červenou paprikou, zelenina (1, 7, 11)

Oběd: Kedlubnová s ovesnými vločkami (1) Bramborový guláš s porkem a paprikou, chléb (1, 6)

Odp. Svač.: Sýr Cottage s medem, 1/2 grahamového rohlíku, ovoce (1, 7)

Oběd Vege: Kedlubnová s ovesnými vločkami(1), Bramborový guláš s porkem a paprikou, chléb(1, 6)

Středa:

Dop. Svač.: Zrníčková kaiserka, vajíčkově-řepná pomazánka, ovoce (1, 3, 7, 11)

Oběd: Zeleninový vývar se zeleninou a nudlemi (1, 9), Švédské masové kuličky (vepř. + hovězí), brambory (1, 3)

Odp. Svač.: Žitný chléb, tvarohová pomazánka s kmínem, zelenina (1, 7)

Oběd Vege: Zeleninový vývar se zeleninou a nudlemi (1, 9), Tofu kuličky, vařené brambory (1, 3, 6)

Čtvrtek:

Dop. Svač.: Rohlík, avokádová pomazánka, ovoce (1, 7)

Oběd: Batátovo-mrkvový krém s kokosovým mlékem, Hovězí tokáň, šťouchané brambory (1, 9)

Odp. Svač.: Žitný chléb, pomazánka z pečeného rybího filé, zelenina (1, 4, 7)

Oběd Vege: Batátovo-mrkvový krém s kokosovým mlékem, Tokáň s vařeným vejcem, šťouchané brambory (1, 3)

Pátek:

Dop. Svač.: Ciabatta, domácí hummus, zelenina (1, 11)

Oběd: Čočková se zeleninou, bramborem a majoránkou (9), Těstoviny s tvarohem, cukrem a máslem, ovocný kompot (1, 3, 7)

Odp. Svač.: Ovesná kaše, ovoce (1, 7)

Oběd Vege: Čočková se zeleninou, bramborem a majoránkou (9), Těstoviny s tvarohem, cukrem a máslem, ovocný kompot (1, 3, 7)



Změna jídelníčku vyhrazena.