

Jídelníček 28. 9. – 2. 10.

Pondělí 28. 9.

STÁTNÍ SVÁTEK

Úterý 29. 9.

Svačinka Banánové lívanečky s ovesnými vločkami, čerstvé ovoce (1p, 1o, 3, 7)

Oběd Polévka z červené čočky, rajčat a cukety (-), smažený filet z aljašské tresky, vařené brambory, okurkový dip (4, 1p, 3, 11, 7)

Odpolední svačinka Rohlík s máslem a vajíčkem, čerstvá zelenina (1p, 3, 7)

Středa 30. 9.

Svačinka Výběr pečiva, pomazánka z červené čočky, čerstvá zelenina (1p, 1ž, 3, 7)

Oběd Zeleninová polévka s tarhoňou (9, 1p), dýňové kari s kokosem, dušená rýže (7)

Odpolední svačinka Ovocný jogurt s chia semínky, kukuřičný chlebíček, čerstvé ovoce (7)

Čtvrtek 1. 10.

Svačinka Výběr pečiva, avokádová pomazánka, čerstvá zelenina (1p, 1ž, 3, 7)

Oběd Zeleninový vývar s kukuřicí a bulgurem (9, 1p), krutí paprikáš s dušenou rýží (9, 1š, 7)

Odpolední svačinka Tortilla se šunkou a sýrem, čerstvá zelenina (1p, 3, 7)

Pátek 2. 10.

Svačinka Rohlík, rybičková pomazánka, čerstvá zelenina (1p, 3, 4, 7)

Oběd Cibulová polévka s bramborami, mrkví a krutony (9, 1p, 11), rösti se šunkou a sýrem, mrkvový salát s pomerančem (7, 3)

Odpolední svačinka Rýžový chlebík se sýrem, čerstvá zelenina (7)

