

MENU: 16.9.-22.9.2024

PONDĚLÍ

SNÍDANĚ: Vyšlehaný tvaroh s jahodovým džemem

POLÉVKA: Česneková

OBĚD: Kuřecí steak, zelí z červené řepy, celer s pažitkou, okurky s rajčaty

VEČEŘE: Brokolicový salát s dýňovými semínky, sypaný sýrem

ÚTERÝ

SNÍDANĚ: Cottage pomazánka s pažitkou, LC houska, okurka

POLÉVKA: Dýňový krém

OBĚD: Konjakové špagety s boloňskou omáčkou a parmazánem

VEČEŘE: Kebab talíř

STŘEDA

SNÍDANĚ: Proteinová omeleta s čerstvou zeleninou

POLÉVKA: Milionová

OBĚD: Svičková s brusinkami a LC knedlíkem

VEČEŘE: Zeleninový salát s vajíčkem a hořčičným dipem

ČTVRTEK

SNÍDANĚ: Vajíčkový salát posypaný šalotkou, česnekový chléb

POLÉVKA: Žampionový krém

OBĚD: Grilovaná treska se zeleninou a máslem s bylinkami, květáková rýže, mrkvový salát

VEČEŘE: Babiččina sekaná, jarní zeleninový mix

PÁTEK

SNÍDANĚ: Tuňáková pomazánka, krekry, čerstvá zelenina

POLÉVKA: Zeleninová

OBĚD: Kotleta v BBQ omáčce se zeleninou, opečené kedlubny

VEČEŘE: Salát z červené řepy se zakysanou smetanou a rukolou

SOBOTA

SNÍDANĚ: LC bublanina s tvarohem a meruňkami

POLÉVKA: Kulajda

OBĚD: Krůtí maso v křenové omáčce, grusetky, salát ledový

VEČEŘE: LC Pizza s černými olivami a rozmarýnem, cherry rajčata

NEDĚLE

SNÍDANĚ: Šunka, žervé, LC pečivo, mrkev

POLÉVKA: Celerová

OBĚD: Dušené hovězí s koprovou omáčkou a NEbrambory

VEČEŘE: Cuketový salát s balkánským sýrem