

MENU: 14.- 20.4.2025**PONDĚLÍ**

SNÍDANĚ: Míchaná vejíčka s parmazánem, žitný chléb
POLÉVKA: Krém z kořenové zeleniny s kurkumou
OBĚD: Kuře na paprice s těstovinami
SVAČINA: Vanilkový proteinový pudink s malinami
VEČEŘE: Zapečená bageta s vejcem a šunkou

UTERÝ

SNÍDANĚ: Tvarohová mramorová bábovka
POLÉVKA: Žampionový krém
OBĚD: Hovězí nudličky s brokolicí a rýží
SVAČINA: Vajíčková pomazánka, kváskový chléb
VEČEŘE: Tuňákový těstovinový salát

STŘEDA

SNÍDANĚ: Obložená miska, kváskový chléb
POLÉVKA: Gulášová polévka
OBĚD: Grilovaný halloumi se salátem a bagetou
SVAČINA: Čokoládový tvaroh s borůvkami
VEČEŘE: Mrkvové placky s proteinovým sýrem

ČTVRTEK

SNÍDANĚ: Jablkový koláč
POLÉVKA: Zelná polévka
OBĚD: Vepřová panenka na bylinkách, brambory
SVAČINA: Hummus se sýrem, kváskový chléb
VEČEŘE: Pizza

PÁTEK

SNÍDANĚ: Domácí paštika s bagetkou
POLÉVKA: Hovězí vývar
OBĚD: Čočka s vejcem a kváskovým chlebem
SVAČINA: Smoothie s proteinem
VEČEŘE: Kuřecí steak s rýží

SOBOTA

SNÍDANĚ: Řecký jogurt s vločkami, ořechy a ovocem
POLÉVKA: Kulajda
OBĚD: Krutí bulgureto
SVAČINA: Obložená miska, bagetka
VEČEŘE: Losos na přírodno s brambory

NEDĚLE

SNÍDANĚ: Lívance s ovocem
POLÉVKA: Čočková
OBĚD: Kuřecí Curry s jasmínovou rýží
SVAČINA: Avokádová pomazánka, knackebrot
VEČEŘE: Tofu se zeleninou a kuskusem

