

MENU 14.4.-20.4.2025

PONDĚLÍ

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

UTERÝ

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

STŘEDA

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

ČTVRTEK

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

PÁTEK

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

SOBOTA

SNÍDANĚ: Řecký jogurt s ořechy a ovocem
POLÉVKA: Kulajda
OBĚD: Krutí se zeleninou a batáty
SVAČINA: Obložená miska, LC bagetka
VEČEŘE: Losos na přírodno s NEbrambory

NEDĚLE

SNÍDANĚ: Lívance s ovocem
POLÉVKA: Čočková
OBĚD: Kuřecí Curry s Konjakovou rýží
SVAČINA: Avokádová pomazánka, LC bagetka
VEČEŘE: Tofu s grilovanou zeleninou

