

MENU: 12.5.-18.5.2025

Pondělí

Snídaně: Vaječné muffiny s cuketou

Polévka: Jarní hrášková s kokosovým mlékem

Oběd: LC těstoviny s krůtím, rajčaty a parmazánem

Svačina: Řecký jogurt s ořechy

Večeře: Pečené kuřecí s brokolicí

Úterý

Snídaně: LC Banana bread

Polévka: Houbová se zeleninou

Oběd: Bylinkové halloumi se salátkem a LC bagetkou

Svačina: Obložená miska s ovčím sýrem, LC chléb

Večeře: Tuňákový salát s rukolou a semínky

Středa

Snídaně: Zapečená jarní LC tortilla se sýrem

Polévka: Mrkvový krém

Oběd: Hovězí stir-fry s paprikou a cuketou, květáková rýže

Svačina: Tapiokový pudink s mangem

Večeře: Ředkvičková cottage pomazánka, LC chléb

Čtvrtek

Snídaně: LC Čokoládový dortík

Polévka: Zelná polévka

Oběd: Zapečené těstoviny s cottage a špenátem

Svačina: Avokádový dip s krekry

Večeře: Kuřecí steak na pepři salátek

Pátek

Snídaně: Domácí paštika s LC bagetkou

Polévka: Hovězí vývar

Oběd: Pikantní čočka po indicku s LC tortillou

Svačina: Čokoládový dezert s malinami

Večeře: Losos na másle s baby karotkou a nebrambory

Sobota

Snídaně: Ham and eggs, zelenina, LC chléb

Polévka: Zeleninová

Oběd: Pečené krůtí nudličky, batáty

Svačina: Dezert s mákem a ovocem

Večeře: LC Kyš

Neděle

Snídaně: Palačinky s džemem a tvarohem

Polévka: Brokolicová

Oběd: Hovězí LC burger, batátové hranolky

Svačina: Tvarůžková pomazánka s čerstvým LC chlebem

Večeře: Salát s cottage sýrem