

JÍDELNÍČEK 44. TÝDEN

(název pokrmu / alergeny / způsob konzumace)

PONDĚLÍ 27.10. SANITÁRNÍ DEN

ÚTERÝ 28.10. STÁTNÍ SVÁTEK

STŘEDA 29.10.

SNÍDANĚ: pomazánka s pestem, mozzarella, fitness chléb 1.7/S
SVAČINA: ovocný salát 8/S
OBĚD: mexická rýže T
SVAČINA: proteinový nápoj 7/S
VEČEŘE: cizrna se špaldou a restovanou zeleninou, vepřové sous vide 1/T

ČTVRTEK 30.10.

SNÍDANĚ: špenátová roládka se šunkou, žitný rohlík 1.3.7/T-S
SVAČINA: kávové Tiramisu 1.7/S
OBĚD: hovězí karbanátek, bramborové pyré, zelný salát 3.7/T
SVAČINA: zeleninová miska s bylinkovým dipem 7/S
VEČEŘE: wrap s halloumi sýrem a vejcem 1.3.7/T

PÁTEK 31.10.

SNÍDANĚ: bulharská pomazánka, kváskový chléb 7/S
SVAČINA: halloweenské ovoce 😊
OBĚD: trhané kuřecí na hořčici, celozrnné těstoviny 1.7/T
SVAČINA: dýňový donut 1.3.7.8/S
VEČEŘE: tuna bowl 3.4/T-S

Změna v menu vyhrazena.

Menu sestavila: Mgr. Kateřina Martincová
e-mail: martincova@fitgurman.cz
tel.: 732 598 742

Potravinové alergený

podléhající legislativnímu dle směrnice 1169/11 EU s účinností od 13.12.2014

- 1** OBILOVINY OBSAHUJÍCÍ LEPEK – pšenice, žito, ječmen, oves, špalda, kamut a výrobky z nich
- 2** KORÝŠI a výrobky z nich
- 3** VEJCE a výrobky z nich
- 4** RYBY a výrobky z nich
- 5** PODZEMNICE OLEJNÁ a výrobky z ní
- 6** SÓJOVÉ BOBY a výrobky z nich
- 7** MLÉKO a výrobky z něj
- 8** SKOŘÁPKOVÉ PLODY a výrobky z nich
- 9** CELER a výrobky z něho
- 10** HOŘČICE a výrobky z ní
- 11** SEZAMOVÁ SEMENA a výrobky z nich
- 12** OXID SIŘIČITÝ
- 13** VLČÍ BOB a výrobky z něj
- 14** MĚKKÝŠI a výrobky z nich