

JÍDELNÍČEK 5. TÝDEN

(název pokrmu / alergeny / způsob konzumace)

PONDĚLÍ 26.1.

SNÍDANĚ: vajíčkový salát, selský rohlík 1.3.7/S
 SVAČINA: chia mangový dezert 7.8/S
 OBĚD: halušky s kysaným zelím a uzeným prsem 1.3/T
 SVAČINA: kari polévka s květákem 7/T
 VEČEŘE: hambáč „naháč“, zeleninový salát 7/T

ÚTERÝ 27.1.

SNÍDANĚ: banánový chlebiček, ricottový krém 1.3.7/S
 SVAČINA: budapeštská pomazánka, semínkové plátky 1.7.8/S
 OBĚD: kuře alla diavola, pečené brambory, coleslaw 7/T
 SVAČINA: zeleninové hranolky s bazalkovým dipem 7/S
 VEČEŘE: špenátové těstoviny s grilovaným lososem 1.4.7/T

STŘEDA 28.1.

SNÍDANĚ: avokádová pomazánka, šunka, dýňový chléb 1.3.7.8/S
 SVAČINA: bounty dezert do krabičky 7.8/S
 OBĚD: králíčí stehno na hořčici, žitné těstoviny 1.7.10/T
 SVAČINA: salát se sušenou šunkou, vejcem a rajčatovým pestem 3.7.8/S
 VEČEŘE: pohankové rizoto s kořenovou zeleninou a krůtím masem 7/T

ČTVRTEK 29.1.

SNÍDANĚ: vaječná omeleta se šunkou, rukola, dřevorubecký chléb 1.3.7/S
 SVAČINA: fazolové brownies 3/S
 OBĚD: bulgur se sušenými rajčaty, olivami a krůtím masem 1/T
 SVAČINA: svačinkový wrap 1.7/T-S
 VEČEŘE: bramborový guláš s mletým masem T

PÁTEK 30.1.

SNÍDANĚ: ovesné placičky se sýrem a šunkou 1.3.7/T
 SVAČINA: dýňový skořicový donut 1.3.7/S
 OBĚD: kuře Alfredo s celozrnnými těstovinami 1.7/T
 SVAČINA: řecký salát 7/S
 VEČEŘE: Poke bowl s kachnou 11/T

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