

JÍDELNÍČEK 42. TÝDEN

(název pokrmu / alergeny / způsob konzumace)

PONDĚLÍ 12.10.

SNÍDANĚ: sýrová pomazánka s olivami, fitness chléb 1.7/S
 SVAČINA: ovocný mix s oříškovým máslem 5.8/S
 OBĚD: burrito s mletým masem 1/T
 SVAČINA: avokádový dezert s banánem 7.8/S
 VEČEŘE: pohankový teplý salát s kuřecím masem 7/T

ÚTERÝ 13.10.

SNÍDANĚ: kokosová granola, řecký jogurt, mango 1.7.8/S
 SVAČINA: budapeštská pomazánka, racio chlebičky 7/S
 OBĚD: parmazánové kuře, grenaille 7/T
 SVAČINA: variace slaných muffinů 1.3.7/S-T
 VEČEŘE: hovězí bibimbap s rýží T

STŘEDA 14.10.

SNÍDANĚ: celerový salát se šunkou, tmavé pečivo 1.7.9/S
 SVAČINA: strouhané jablko s křupavým mákem 8/S
 OBĚD: kuře Teriyaki s asijskou zeleninou a rýží 6/T
 SVAČINA: jahodový pudink 7/S
 VEČEŘE: farmářský salát 3/T-S

ČTVRTEK 15.10.

SNÍDANĚ: sýrový bagel 1.7/S
 SVAČINA: krtkův dort do kelímku 1.3.7/S
 OBĚD: špecle s kysaným zelím a uzeným kuřecím prsem 1.3/T
 SVAČINA: salát se šunkou Sombrero 7/S
 VEČEŘE: taco bowl T-S

PÁTEK 16.10.

SNÍDANĚ: tvarožník s drobenkou 1.3.7.8/S
 SVAČINA: zapečený toast s hruškou a hermelínem 1.7/S
 OBĚD: krůtí špíz, batátové pyré T
 SVAČINA: polévka mrkvový krém se zázvorem T
 VEČEŘE: kuřecí salát s brokolicí, proteinový chléb 1.7.8/S-T

Změna v menu vyhrazena.

Menu sestavila: Mgr. Kateřina Martincová

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