



13.05.2024 / Pondělí	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Budapešťská pomazánka, zeleninové hranolky	10g	8g	6g	657kJ	7
Polévka: Kakaové smoothie s chia semínky	5g	13g	6g	572kJ	7
Oběd: Francouzský zapečený celer	50g	13g	17g	2475kJ	3, 7, 9
Svačina 2: Kokosový desert s malinovým přelivem	12g	5g	1g	644kJ	7
Večeře: Přírodní krůtí nudličky s krémovou omáčkou a zeleninou	20g	13g	27g	1466kJ	7,

V tento den jsou do menu zařazeny:

14.05.2024 / Úterý	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Plněný hermelín, kadeřavý salát, rajče	24g	5g	12g	1236kJ	7,11
Polévka: Polský žurek	8g	2g	4g	433kJ	3
Oběd: Tilápie podávaná na rajčatovo-smetanovém základě s dýňovo-celarovým pyré	35g	12g	26g	2025kJ	7,9
Svačina 2: Tzatziki s chia-sýrovými tyčinkami	9g	6g	10g	680kJ	7, 11
Večeře: Hovězí nudličky s brokolicí	9g	13g	24g	944kJ	11

V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby

15.05.2024 / Středa	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Zeleninový salátek	1g	11g	19g	576kJ	3
Polévka: Gulášovka	14g	10g	11g	856kJ	
Oběd: Vepřová pečeně na čekance s kořenovou zeleninou	31g	19g	14g	1813kJ	
Svačina 2: Avokádový krém	13g	4g	10g	804kJ	7
Večeře: Zapečené zelí	28g	10g	15g	1519kJ	3, 7

V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby

16.05.2024 / Čtvrtek	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Dýňová buchta	25g	12g	10g	1237kJ	3, 7
Polévka: Kapustičková polévka	14g	6g	3g	708kJ	7
Oběd: Přírodní kuřecí plátek se slantinovými fazolkami s baby karotkou	27g	7g	30g	1709kJ	7
Svačina 2: Cuketové smoothie se zázvorem	1g	10g	2g	247kJ	
Večeře: Fajita bowl	16g	8g	24g	1187kJ	

V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy

17.05.2024 / Pátek	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Liptovská pomazánka s bagetkou	20g	5g	20g	1271kJ	3, 7
Polévka: Řepovo- jablečný fresh	1g	11g	1g	254kJ	
Oběd: Zeleninové risotto s parmasánem	33g	20g	20g	1959kJ	7
Svačina 2: Pizza šneci	5g	1g	11g	428kJ	3, 7
Večeře: Vepřová panenka na italský způsob	22g	12g	27g	1540kJ	

V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy

Seznam alergenů:
1. Lepek, 2. Koryši, 3. Vejce, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sója, 7. Mléko, 8. Skořápkové plody, 9. Celer, 10. Hořčice, 11. Sezam, 12. Oxid siřičitý a siřičitany, 13. Vlíčí bob, 14. Měkkýši