

Od 9.7.-13.7.2018

Pondělí: chléb, rama, plátkový sýr, medový čaj(1,7)
zeleninový vývar s tarhoňou(1,9)
čočka po brněnsku, vejce, kys. okurka, čaj(7,9)
knäcke brot, tvarohová pomazánka, mrkev, mléko(1,7)

Úterý: rohlík, pomazánka z tofů sýra, mrkev, mléko(1,6,7)
mrkvová s ovesnými vločkami(1)
rybí filé na másle, br.kaše, okurkový salát(4,7)
kaiserka, máslo, kefír(1,7)

Středa: jáhlová kaše s ovocem, čaj s citrónem(1,7)
fazolová polévka
hovězí vařené, brambor, koprová omáčka, džus(1,7)
těstovinový salát se zeleninou, voda(1)

Čtvrtek: houska, rama, šunka, okurka, byl. čaj(1,3)
polévka z rybiho filé se zeleninou(1,4,9)
zapékané těstoviny se salámem, kys. okurka, multivitamín(1,3)
pudink s chia semínky, čaj(7)

Pátek: opečený chléb ve vajíčku, čaj(1,3)
květáková polévka(1,3)
plněné bram.knedlíky krůtím a kuřecím masem, špenát, voda(1,3)
houska, lučina, van.mléko(1,7)

Ovoce: jablko, hruška, kiwi, hroznové víno, jahody, borůvky,
sušené švestky, brusinky, rozinky, meloun

Zelenina: rajče, okurka, paprika, kedlubna, mrkev
V závorce je uvedeno číslo alergenu, který je obsažen v jídle.

Pitný režim: kohoutková voda, ovocný a bylinný čaj, džus, mléko během celého dne