

Od 21.5.- 25.5.2018

Pondělí: žitný chléb, máslo, jahodový koktejl(1,7,11)
květáková polévka(1,3,7)
luštěninové lasagne, zeleninový salát(1,3,7)
šneci z listového těsta se šunkou a sýrem, ov. čaj(1,3,7)

Úterý: slunečnicový chléb, celerová pomazánka, okurka, mléko(1,7,9,11)
drožd'ová polévka se zeleninou(1,3,9)
kuřecí plátek, brambory, dušená mrkev(1)
toast. chléb, tvarohová pom. s česnekem, mléko(1,7)

Středa: bílý jogurt s chia semínky, rohlík s máslem, ov. čaj(1,7)
zeleninová s fazolí mungo a jáhlami(1,9)
tofu á la Stroganov, rýže, Tropic džus(1,6)
dalamánek, vajíčková pomazánka, paprika, mléko(1,3,7,11)

Čtvrtek: houska, hrachová pomazánka, rajče, bylinný čaj(1)
rajská s rýží
filé na leču, šťouchaný brambor s jarní cibulkou(4)
strouhaná mrkev s jablky, chléb s máslem, čaj

Pátek: kaiserka, pomazánka z makrely, okurka, čaj(1,4,7,11)
pórková
rozlétaný španělský ptáček, divoká rýže, multivitamín(1,3)
salát s celozrnných těstovin se zeleninou, čaj Rajska vášeň

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.