



Jídelníček 28.9. - 2.10.2026

Celodenní pitný režim: Ovocné neslazené čaje, voda, voda s citronem/bylinkami
Přesnídávka a svačina: Denně ovoce a zelenina

Pondělí: **SVÁTEK**

Úterý: přesnídávka: Ovesná kaše, ovoce, čaj, (1,7)
oběd: Zeleninový vývar s kapáním (1,3,9)
Fazolový kotlík, rýže, čaj/voda (-)
svačina: Špaldový chléb, sýrová pomazánka, zelenina, čaj, (1,6,7)

Středa: přesnídávka: Jogurt, lupínky, BIO ovoce, čaj (1,7)
oběd: Rajská polévka s vločkami (1)
Karbanátky, brambory, ledový salát, čaj/voda (1,3,7)
svačina: Celožit. chléb, tvarohová pom. s mrkví a celerem, zelenina (1,6,7)

Čtvrtek: přesnídávka: Toustový chléb, rybičková pom., zelenina, BIO mléko, čaj (1,4,7)
oběd: Hrstková polévka s kořenovou zeleninou (1,9)
Bulgur s krůtím masem a zeleninou, salát, čaj/voda (1,9)
svačina: Domácí moučník, ovoce (1,3,7)

Pátek: přesnídávka: Chléb, hummus, zelenina, čaj, mléko (1,6,7)
oběd: Kuřecí vývar s rýží (1,3,9)
Lososový burger, bramborovo dýňová kaše, zelen., čaj/voda (4,7)
svačina: Špaldový chléb, lučinová pomazánka, ovoce, čaj (1,6,7)

Změna jídelníčku vyhrazena