



	Pondělí 20.leden	Úterý 21.leden	Středa 22.leden	Čtvrtek 23.leden	Pátek 24.leden	Sobota 25.leden	Neděle 26.leden
Snídaně	Obložený talířek s dušenou šunkou, Florou a krájenou zeleninou, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Ovesná kaše se sušenými brusinkami, kakaový nápoj nebo čaj (1,3,7)	Rozhuda - tvarohová pomazánka, krájená zelenina, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Makový kynutý závin, bílá káva nebo čaj	Talířek s játrovou pěnou, máslem, krájenou zeleninou, pečivo, káva s mlékem nebo čaj (1,3,7)	Vídeňské párky, hořčice, pečivo, káva nebo čaj (1,3,7)	Talířek s kuřecí šunkou a plátkovým sýrem, Flora, krájená zelenina, pečivo, bílá káva nebo čaj (1,3,7)
Přesnídávka	Ovoce dle denní nabídky	Ovocná přesnídávka	Ovoce dle denní nabídky	Tvarohová tyčinka Monte (1,3,7)	Termix, rohlík (1,3,7)	Ovoce dle denní nabídky	Ovocná přesnídávka
Polévka oběd	Lehká luštěninová s rajčaty (9)	Hovězí vývar se zeleninou a fritátovými nudlemi (1,3,7,9)	Tukožroutská polévka z hlávkového zelí a zeleniny (9)	Vývar z kuřecích prsou s masem a zeleninou (9)	Květákový krém zahuštěný bramborami s houskovými krutony (1,3,7,9)	Čočková polévka s uzeninou (1,9)	Krupicová s vejcem a zeleninou (1,3,7,9)
Menu oběd 1	Pečené kuře po myslivecku, vařené těstoviny (1,3,7)	Vepřové výpečky s kedlubnovým zelím a bramborovými knedlíky, pivo (1,3,7)	Masovo-zeleninové karbanátky, pažitkové brambory, hořčice s červenou cibulkou (3,6,7,9,10)	Rozlitaný španělský ptáček z hovězího masa, houskové knedlíky (1,3,10)	Sekaná pečeně, smetanové brambory s petrželkou, dušená mrkev (1,3,7)	Kuřecí ražniči na plechu se zeleninou a dušenou rýží (1,7)	Smažená vepřová pečeně v trojbalu s bramborovou kaší s máslem, řez citronu (1,3,7)
Menu oběd 2	Fazolky s drcenými rajčaty, petrželkové brambory (1,3,7)	Tofu na čínský způsob, dušená rýže (3,4,6,7,9,10)	Sladké plněné taštičky sypané cukrem přelité máslem Nedoporučujeme pro dietu č.9 (1,3,7)	Rybí placičky s jarní cibulkou, šťouchané brambory se strouhanou karotkou (1,3,4,7)	Kynuté buchty s povidly a tvarohem, bílá káva Nedoporučujeme pro dietu č.9 (1,3,7)	Bramborové noky s jemnou omáčkou se špenátem a rajčaty sypané sýrem (1,3,7)	Pomalou pečené krůtí prso, zelenina na páře, červená čočka (9)
Dezert	Míchaný zeleninový salát	Ovoce dle denní nabídky	Ovocný kompot	Zeleninový salát s jogurtovým dresinkem (7)	Broskvový kompot	Salát z červené řepy	Okurkový salát s ředkvičkami, koprem a zakysanou smetanou (7)
Svačina	Pudinkový dezert (7)	Čokoládový řez s kokosem	Špaldový biskvit s ořechy a marmeládou (1,3,7,8)	Banán s čokoládou (7)	Ovoce dle denní nabídky	Piškotový dezert (1,3,7)	Jahodová zmrzlina (7)
Večeře	Pomazánka z taveného sýru se sušenými rajčaty s bazalkou, pečivo (1,3,7,9,10)	Brambory na loupačku s máslem a tvarohem (1,3,7,10)	Gulášová polévka, pečivo (1,3,7)	Vajíčkový salát s rajčaty, petrželkou a zakysanou smetanou, pečivo (1,3,7)	Rybičková pomazánka s kořenovou zeleninou a zakysanou smetanou, chléb (1,4,7,9)	Zeleninové lečo s vejci, chléb (1,3,9)	Kuřecí salát s jablky, pečivo (1,3,4,6,7,10)
Druhá večeře určeno pro dietu č.9	Chléb s pomazánkovým máslem a krájenou zeleninou (1,7)	Tmavé pečivo s paštikou, salátová okurka (1,3,7)	Bílý jogurt s dia zavařeninou, tmavé pečivo (1,7)	Ovocná dia přesnídávka, tmavé pečivo (1)	Plátkový sýr, jablko, tmavý chléb (1,7)	Chléb s máslem a rajčetem (1,7)	Tmavé pečivo, tavený sýr, krájená zelenina (1,7)



Alergeny vyznačeny v závorce za pokrmem.

Na požádání lze připravit i vegetariánskou stravu. Veškerou stravu jsme schopni připravit i v dietních úpravách, pokud není stanoveno jinak.



Pokrmů doporučené pro povánoční detox



PŘEJEME VÁM DOBRU CHUŤ
JÍDELNÍ LÍSTEK PRO VÁS PŘIPRAVIL: Kolektiv kuchyně