

**16.09.2024 / Pondělí**

	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Pomazánka z pečeného masa, sýrový chips, zelenina	14g	1g	28g	1081kJ	7
Polévka: Fresh z řapíkatého celeru	1g	12g	1g	230kJ	9
Oběd: Vepřové kousky s brokolicevou kaší	35g	9g	19g	1833kJ	7
Svačina 2: Borůvkový chia pudink	1g	11g	3g	381kJ	7
Večeře: Jarní salát s mini mozarellou	30g	5g	16g	1506kJ	7

**V tento den jsou do menu zařazeny:****17.09.2024 / Úterý**

	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Tatarák z červené řepy, Foccacia	29g	16g	16g	1653kJ	3, 7
Polévka: Polévka Rattatoule	7g	7g	1g	450kJ	
Oběd: Zelné nudle s trhaným lososem	24g	11g	25g	1552kJ	7
Svačina 2: Musli tyčinka litá čokoládou	15g	4g	5g	765kJ	3
Večeře: Chilli con carne	19g	17g	32g	1618kJ	7

**V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy****18.09.2024 / Středa**

	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Pomazánka z pečeného masa, sýrový chips, zelenina	14g	1g	28g	1081kJ	7
Polévka: Fresh z řapíkatého celeru	1g	12g	1g	230kJ	9
Oběd: Vepřové kousky s brokolicevou kaší	35g	9g	19g	1833kJ	7
Svačina 2: Borůvkový chia pudink	1g	11g	3g	381kJ	7
Večeře: Jarní salát s mini mozarellou	30g	5g	16g	1506kJ	7

**V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy****19.09.2024 / Čtvrtek**

	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Tatarák z červené řepy, Foccacia	29g	16g	16g	1653kJ	3, 7
Polévka: Polévka Rattatoule	7g	7g	1g	450kJ	
Oběd: Zelné nudle s trhaným lososem	24g	11g	25g	1552kJ	7
Svačina 2: Musli tyčinka litá čokoládou	15g	4g	5g	765kJ	3
Večeře: Chilli con carne	19g	17g	32g	1618kJ	7

**V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy****20.09.2024 / Pátek**

	Tuky	Cukry	Bílkoviny	Energie	Alergeny
Snídaně: Frittata s rukolou a brynzou, paprika, rajče	10g	8g	18g	850kJ	3, 7
Polévka: Kulajda	21g	6g	5g	1015kJ	3, 7
Oběd: Krůtí nudličky s čínským salátem	15g	12g	25g	1237kJ	11
Svačina 2: Vanilkový krém zdobený pistáciemi	26g	4g	4g	1116kJ	7
Večeře: Cuketové placky, Curry Dip	19g	9g	16g	1171kJ	3, 7

**V tento den jsou do menu zařazeny: Ryby Ořechy Houby****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