

Pondělí 18.11.2019

- Polévka Fazolová polévka 1a,7 / Zeleninový vývar s bulgurem 1a,9
- 1 Vepřová plec s bílým zelím a houskovými knedlíky 1a,3
 - 2 Smažená rýže Nasi Goreng s kuřecím masem a zázvorem 2,3,5,14
 - 3 Smažený sýr s vařenými bramborami 1a,3,7
- FIT: 501 Kcal Farmářský salát s pečenou kukuřicí a bramborovými chipsy

Úterý 19.11.2019

- Polévka Čočková polévka / Hovězí vývar s masem, nudlemi a zeleninou 1a,3,9
- 1 Kuřecí Kung Pao s rýží 1a,5,6
 - 2 Vepřová žebra v BBQ marinádě s hranolky 1a
 - 3 Mexické fazole s rajčaty a zakysanou smetanou, pečené brambory 7
- FIT: 480 Kcal Salát s avokádem, rajčaty, paprikou, naachos, kuřecími kousky a čedarovým dipem 7

Středa 20.11.2019

- Polévka Slepičí vývar s kapáním 1a,3,9 / Frankfurtská polévka 1
- 1 Kuřecí steak na paprice s těstovinami nebo rýží 1a,3
 - 2 Lasagne bolognese zapečené sýrem 1a,3,7,9
 - 3 Lívance s jablky a zakysanou smetanou 1a,7
- FIT: 385 Kcal Salát s filátkem z uzeného pstruha 3,4

Čtvrtek 21.11.2019

- Polévka Květáková polévka 1a,7 / Zeleninový vývar s těstovinami a zeleninou 1a,3,9
- 1 Vepřový řízek, pažitkové brambory, okurka 1a,3
 - 2 Kuřecí nudličky s arašídovou omáčkou, zeleninou a rýží 5
 - 3 Špagety s pestem ze sušených rajčat, mozzarellou a rukolou 1a,3,7,8
- FIT: 512 Kcal Rajčatový salát s červenou cibulkou, pažitkou, majonézou a bylinkovou bagetou 1,3,7

Pátek 22.11.2019

- Polévka Minestrone 1a,7,9 / Brokolicový krém 7
- 1 Hovězí maso s koprovou omáčkou, houskové knedlíky 1a,3,7
 - 2 Pečená kuřecí stehýnka s grilovaná kukuřice, bramborová kaše 7
 - 3 Falafel s Pita chlebem, jogurtovo/mátový dip 1a,7
- FIT : 474 Kcal Celerový salát se šunkou, jablky a vlašskými ořechy 7,8,9