1.2. PO\*

**Přesnídávka:** Pribináček 80g, ovoce 50g /1,7

**Oběd:** Hráškový krém/1,7 *hrášek\*mléko\*smetana\*mouka\*máslo\*muškátový květ*

Květákový mozeček, vařený brambor /3,7 (květák\*cibule\*vejce\*kurkuma\*máslo\*bylinky\*smetana)

**Svačina:** Dalamánek 60g, sýrová pomazánka s vejcem 30g, zelenina 50g/ 1,3,7

2.2. ÚT\*

**Přesnídávka:** Makový koláč MAKOVEC 80g a mléko 200 ml / 1,3,7,8

**Oběd:** Zeleninová s žampióny a bulgurem/1,7,9 *mrkev\*celer\*petržel\*brambory\*cibule\*žampiony\*bulgur*

 Kuře na paprice, fusilli /1,3,7 kuřecí prsa\*paprika sladká\*smetana\*mouka\*těstoviny\*vejce\*cibulka

**Svačina:** Slunečnicová bulka 60g s máslem 10g, šunkou 20 g, zelenina 50 g/ 1,7

3.2. ST\*

**Přesnídávka:** Houska sezamová 60g, hrášková pomazánka s mátou 30g, ovoce 50g / 1,7,11

**Oběd:** Hrachová /7 *žlutý hrách\*cibule\*česnek\* majoránka \*smetana*

Krůtí kousky na žampiónech, rýže /1 *krůtí prsa\*žampióny\*kmín\*cibule\*mouka\*bylinky\*rýže parboiled*

**Svačina:** Mrkvičkový salát s ananasem 150g, bez pečiva / 0

4.2. ČT\*

**Přesnídávka:** Slunečnicová bulka 60g s přírodním sýrem 30g, ovoce 50g /1,7

**Oběd:** Kuřecí vývar s nudlemi /1,3,9 *\*kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*nudle*

Kynuté borůvkové knedlíky s cukrem a máslem/1,3,7 *mouka\*vejce\*kvasnice\*mléko\*borůvky\*cukr\*máslo*

**Svačina:** Knackebrot 2 ks, drůbeží pomazánka 30g, zelenina 50g /1,7

5.2. PÁ\*

**Přesnídávka:** Borodino chléb 60g, lososová pomazánka 30g, ovoce 50g /1,4,7

**Oběd:** Zelňačka s bramborem/1,7 *cibule\*brambory\* v. kýta\*zelí\*smetana\*mléko\*paprika sladká\*mouka*

Vepřové čevabčiči, bramborová kaše, okurka/1,3,7,10

*vepřová kýta\*cibule\*česnek\*paprika sladká\*strouhanka\*olej\*brambory\*mléko\*máslo\*okurka\*hořčice*

**Svačina:** Burcher müsli s banánem a jablkem 150g / 1,7,8

8.2.PO\*

**Přesnídávka:** Termix 80g /1,7,8

**Oběd:** Krémová květáková/1,7 *květák\*mléko\*smetana\*cibule\*mouka\*máslo\*bylinky*

Čínské nudle se zeleninou a arašídy /1,3,4,5,6,7 VEGETARIAN

 *Asijké vaječné nudle\*cibule\*rybí a sójová omáčka\*packchoi\*mrkev\*koriandr\*paprika\*čínské houby\*arašídy*

**Svačina:** Houska 60g, máslo 10g, šunka 20 g, zelenina 50 g/ 1,7,11

9.2.ÚT\*

**Přesnídávka:** Rohlík vícezrnný 70g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g /1,3,7

**Oběd:** Zeleninová se špeclemi/1,3,9 *květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*špecle*

Žemlovka s jablky, tvarohem a datlovým sirupem/ 1,3,7VEGETARIAN *veka\*vejce\*mléko\*tvaroh\*rozinky\*datlový sirup*

**Svačina:** Slunečnicová špička 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,4,7

10.2.ST\*

**Přesnídávka:** Kukuřičný plátek 2ks, ricotta 30g, ovoce 50g/7

**Oběd:** *Hrstková /7,9*  *cibule\*česnek\*hnědá a červená čočka\*mrkev\*celer\*fazole\*hraška\*smetana*

Svíčková hovězí pečeně, houskový knedlík/1,3,7,9,10

*hovězí maso\*cibule\*mrkev\* celer\*hořčice\*slanina\*ocet\*smetana\*mouka\*vejce\*mléko\*brusinky*

**Svačina:** Mouřenín 60g a pomazánka z ajvaru 30g, zelenina 50g / 1,7

11.2.ČT\*

**Přesnídávka:** Samožitný chléb 60g, pomazánka z kuřecího masa 30g, broskve 50g / 1 ,7

**Oběd:** Hovězí vývar s rýží/9 *hovězí maso \*cibule\* mrkev\*celer\*petržel\*rýže parboiled*

Kuře sweet and sour, jasmínová rýže/1,7,11

*Kuřecí prsa\*sladkokyselá omáčka\*solamyl\*paprika\*mrkev\*zázvor\*bambusové výhonky\*cibule\*česnek\*sezam\*rýže*

**Svačina:** Slunečnicová špička 45g, máslo 10g, sýr 20g, zelenina 50g / 1,7

12.2.PÁ\*

**Přesnídávka:** Makovka 80g s mlékem 200ml /1,3,7

**Oběd:** Bramborová s čočkou Beluga/1,7,9 *\*brambory\*čočka beluga\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*mouka*

Plněné bramborové knedlíky, zelí /1,3,7

*Brambory\*vejce\*mouka\*cibule\*vepřové maso\*koření\*zelí\*cibule\*ocet\*cukr*

**Svačina:** Tapiokový pudink s mangem 80g/8-kokos

15.2.PO\*

**Přesnídávka:** Pribináček 80g a ovoce 50g /1,7,8

**Oběd:** Mrkvičkový krém/1,7,9 *mrkev\*petržel\*celer\*cibule\*zázvor\*mléko\*smetana*

Králičí cous cous, kompot/1,7

*králičí hřber\*cous cous\*cibule\*olivy\*paprika\*mrkev\*sušená rajčata\*bylinky\*olej\*ovocný kompot*

**Svačina:** Bramborová špička 60g s veganskou domácí paštikou 30g, zelenina 50g / 1,3,7

16.2.ÚT\*

**Přesnídávka:** Kokosový koláč RAFAELO 80g a mléko 200 ml / 1,3,7,8

**Oběd:** Zeleninová s kroupami/1,7,9 *květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*kroupy\*mléko*

Marinované kuřecí paličky, mačkaný brambor/1,6,7,10,11

*Kuřecí paličky\*med\*dijonská hořčice\*sójová omáčka\*rajský protlak\*sezam\*brambory\*máslo*

**Svačina:** Houska 60g, pomazánka z grilované zeleniny, zelenina 50g / 1,7,11

17.2.ST\*

**Přesnídávka:** Cornflakes 20 g, mléko 200 ml/ 1,7

**Oběd:** Čočková polévka/1  *hnědá čočka\*cibule\* ocet\*cukr\* mouka*

Vepřová kotleta s hříbky, rýže/1,7,10

*Vepřová kotleta\*cibule\*česnek\*divoké koření\*hříbky\*mouka\*máslo\*hořčice\*paboiled rýže*

**Svačina:** Mouřenín 60g, máslo 10 g, čedar 20g, zelenina 50g/1,7

18.2.ČT\*

**Přesnídávka:** Rýžový chlebíček 2ks , pomazánka z červené řepy 30g, ovoce 50g /1,7

**Oběd:** *Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9* *kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstoviny -tarhoně*

Španělský bramborový koláč s cibulí a sýrem, salátek/1,3,7

*brambory\*cibule\*česnek\*rozmarýn\*vejce\*mléko\*smetana\*sezónní zelenina*

**Svačina:** Slunečnicová špička 60g, pomazánka s cizrny ,,humus´´ 30g, zelenina 50g / 1,7,11

19.2.PÁ\*

**Přesnídávka:** Borodino chléb 60g s máslem 10g, šunkou 20g , ovoce 50g/ 1,7

**Oběd:** Kulajda/1,3,7 *brambory\*cibule\*mléko\*smetana\*kopr\*vejce\*houby\*koření\*mouka*

Špagetti AMATRICIANA/1,3,7

*Špagety\*rajčata\*cibule\*anglická slanina\*máslo\*pepř\*petržel\*parmazán*

**Svačina:** Houska 60g, liptovská pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,7,11

22.2.PO\*

**Přesnídávka:** Jablečné pyré 150ml s domácím ořechovým müsli 20g /1,7,8

**Oběd:** Brokolicová/1,7 *brokolice\*cibule\*smetana\*mouka*

Obalovaní filé, máslový brambor /1,3,4,7

*Rybí filé\*mouka\*vejce\*strouhanka\*brambor\*máslo*

**Svačina:** Bagetka 60g, tvarohová pomazánka s lahůdkovým droždím a sýrem 30g, zelenina 50g/ 1,7

23.2.ÚT\*

**Přesnídávka:** Čokoládové mufiny 80g a mléko 200ml / 1,3,7,8

**Oběd:** *Zeleninová s rýží/1,7,9 květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*rýže parboiled\*mouka\*mléko*

Hovězí gulášek, pohankový knedlík /1,3,7

*Hovězí maso\*cibule\*česnek\*gulášové koření\*mouka\*kvasnice\*vejce\*mléko*

**Svačina:** Houska 60g s máslem 10g, šunkou 20g, zelenina 50gr/ 1,7,11

24.2.ST\*

**Přesnídávka:** Ovesná kaše se švestkami a skořicí /150ml /1,7

**Oběd:** Fazolová /1,7 *cibule\*mléko\*smetana\*fazole\*česnek\*mouka\*olej*

Pečené kuřecí stehno, bramborová kaše /1,7

*kuřecí stehno\*koření\*bylinky\*máslo\*mouka\*olej\*brambory\*mléko\*máslo*

Svačina : Mouřenín 60g, lososová pomazánka 30g, zelenina 50g / 1,4,7

25.2.ČT\*

**Přesnídávka:** Samožitný chléb 60g, máslo 10g, strouhaný sýr 20g, ovoce 50g/ 1,7

**Oběd:** Hovězí vývar s tarhoní/1,3,7,9  *hovězí maso\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*tarhoně*

Brokolicové těstoviny AL FORNO ( zapečené) , salátek /1,3,7 VEGETARIAN

*těstoviny\*brokolice\*cibule\*smetana\*sýr parmazán\*sezónní zelenina*

**Svačina:** Slunečnicová špička 45g, pomazánka z pečené zeleniny /1,7

26.2.PÁ\*

**Přesnídávka:** Chléb Borodino 60g, bylinková lučina 30g, ovoce 50g/ 1,7

**Oběd:** Rajská s rýží/1,7 *sekaná rajčata\*protlak\*cibule\*máslo\*mouka\*rýže*

Buchtičky ze špaldové mouky s vanilkovým krémem/1,3,7

*špaldová mouka\*vejce\*máslo\* mléko\*cukr\*olej\*droždí\*smetana*

**Svačina:** Houska 60g, pomazánka z bílé ředkve 30g/ 1,7,11