



FITKRABIČKY

Dátum:

PONDELOK

Obed:

Polievka: Zeleninová – písienková
Zeleninové lasagne s cuketou, mrkvou a zelerom a paradajkami (1,7)

Olovrant:

Stonkový zeler s mrkvou a rukolou (9)

Večera:

Kuracie stehno horné pečené na leče

UTOROK

Raňajky:

Tmavý chlebík s francúzskou nátierkou, zelenina (1,7)

Desiata:

Krehký chlebík s jogurtovou polevou a ovocím (1,7)

STREDA

Obed:

Polievka: Vichyssoise
Kuracie prsia na prírodno s ryžou natural a dusenou zeleninou (1)

Olovrant:

Obaľované jablko a banán v cestíčku so sušeným ovocím (1,3,7)

Večera:

Cestovinový šalát so šunkou a syrom (1,7)

ŠTVRTOK

Raňajky:

Mini toasty so zmesou syra a zeleniny (1,7)

Desiata:

Zeleninový šalát s reďkovkou, uhorkou a mladou cibuľkou

Obed:

Polievka: Špenátová
Morčacie dusené mäso v brusnicovej omáčke s pohánkou (1,7)

Olovrant:

Tofu „vajíčka“ s cícerovou pastou a rukolou (6)

Večera:

Zapekaná terina z koreňovej zeleniny a cukety s vajcom a smotanou (7,9)

PIATOK

Raňajky:

Šunkové roľky plnené dusenou zeleninovou zmesou z červenej šošovice a stopkového zeleru (9)

Desiata:

Ovsené koláčiky so sušeným ovocím

Obed:

Polievka: Minestrone (1,7)
Koložvárska kapusta so sójovou drťou a údeným tofu (7)

Olovrant:

Parená brokolica so syrom (7)

Večera:

Palacinky plnené pikantným kuracím mäsom s fazuľou a klíčkami (1,3,7)

SOBOTA

Raňajky:

Bagetky so smotanovým syrom a sušenými paradajkami (1,7,8)

Desiata:

Čerstvé ovocie