



FITKRABIČKY

Dátum:

PONDELOK

Obed:

Polievka: Zeleninová krémová (7,9)
Kuracie prsia na sušených slivkách s dusenou ryžou (1,8)

Olovrant:

–

Večera:

Pečený zemiak varený v šupke plnený zeleninovou zmesou s hubami (9)

UTOROK

Raňajky:

Chlebík s maslom a vareným vajíčkom (1,3,7)

Desiata:

Zmes ovocia

Obed:

Polievka: Vajíčkovú – rascová (3,7)
Gnocchi s paradajkovou omáčkou a moravským mäsom (1)

Olovrant:

Mrkvový koláč (1,3,7,8)

Večera:

Zapekané zemiaky s kyslou kapustou a smotanou (3,7)

STREDA

Raňajky:

Grahamové rožky so žeruchovou nátiarkou (1,7)

Desiata:

Bircher müsli s medom a jogurtom (1,8)

Obed:

Polievka: Tukožrútska
Milánske zeleninové krémové rizoto s parmezánom (1,7)

Olovrant:

Ľadový šalát so syrom gorgonzola, brusnicami a orechami (7,8)

Večera:

Zeleninový zemiakový šalát s hráškom a kukuricou

ŠTVRTOK

Raňajky:

Sucháre celozrnné so škvarkovou nátiarkou Alfa bio, zelenina (1,6)

Desiata:

Čerstvé ovocie

Obed:

Polievka: Cviklová
Bravčová panenka (sous vide) preliata rozmarínovou omáčkou a parenou zeleninou

Olovrant:

Cuketové „špagety“ s cherry paradajkami a provensálskym korením (7)

Večera:

Kalerábový nákyp s dusenou šunkou a tvarohom (3,7)

PIATOK

Raňajky:

Krehký chlebík so syrom KIRI a zeleninou (1,7)

Desiata:

Mrkvovo – jablková dreň so zázvorom

Obed:

Polievka: Pórová
Bryndzové pirohy so smotanovým dipom a dusenou cibulkou (7)

Olovrant:

Kapustovo – mrkvový šalát

Večera:

Cestovinový (tarhoňový) šalát s grilovanou kuracinou (1,7)

SOBOTA

Raňajky:

Droždová pomazánka s nakladanou kyslou uhorkou a chlebom (1)

Desiata:

Tvarohový dezert