



15. 10. Pondělí

Svačinka dopolední: Bílý jogurt s jablečným pyré /150ml jogurt + 50gr pyré/1,7,8

Brokolicový krém/1,3,7,8,9 *cibule*máslo*brokolice*mléko*muškátový oříšek*
Kuřecí milánské špagety/1,3,7*špagety*kuřecí maso*rajský protlak*bazalka*česnek*cibule*

Svačinka odpolední: Slunečnicová špička s baby mozzarellou a rajčaty / pečivo 60g, máslo 10gr, mozz. 20gr, rajčata 50gr/1,3,7

16. 10. Úterý

Svačinka dopolední: Oříškové muffiny, mléko /80gr+150ml/1,3,7,8

Bramborová s ovesnými vločkami/1,3,7,9 brambory*oves. vločky*cibule*mrkev*celer*
Kuřecí řízek s bramborovou kaší, okurka/1,3,7*kuřecí prso*mouka*vejce*strouhanka*brambory*mléko*máslo*okurka

Svačinka odpolední: Slunečnicová špička s Bulharskou pomazánkou, zelenina/ pečivo 60g, pom.30g, okurka 50g/ 1,3,7,10

17. 10. Středa

Svačinka dopolední: Kváskový chléb s Goudou, nektarinka/pečivo 60g, máslo 10 g, sýr 20 g, nektarinka 50gr/1,3,7

Čočková polévka/1,3,7 *hnědá čočka*cibule*ocet*cukr*mouka
Zeleninové chia placičky, bramborová kaše/1,3,7,8
*chia semínka*mrkev*cuketa*pórek*vejce*ovesné vločky*brambory*mléko*máslo*ovoce*muškátový květ

Svačinka odpolední: Houska s pažitkovou pomazánkou, rajče/ pečivo 60g, pomazánka 30gr, rajče 50gr/1,3,7,11

18. 10. Čtvrtek

Svačinka dopolední: Dalaťák se šunkou, ovoce/ pečivo 60g, máslo 10 g, šunka 20gr, banán 50gr/1,3,7

Kuřecí vývar se špeclemi /1,3,7,9 *kuře*mrkev*celer*cibule*špecle
Kynuté knedlíky s meruňkami, cukrem a máslem/1,3,7 *mouka*vejce*kvasnice*mléko*meruňky*cukr*máslo

Svačinka odpolední: Švédský stůl /140gr – např. Lámankový chléb, liptovská pomazánka 30g, paprika 50g apod./ 1,3,7,11

19. 10. Pátek

Svačinka dopolední: Slunečnicový chléb se strouhaným sýrem, ovoce /pečivo 60g, máslo 10 g, sýr 20 g, jablko 50 g/ 1,3,7

Podzimní zeleninová s kroupami /1,3,7,9 *brambory*dýně*květák*mrkev*hrášek*celer*kroupy
Sýrové kuličky s kuřecím masem, bramborová kaše /1,3,7*kuřecí stehenní*sýr*vejce*strouhanka*brambory*mléko*máslo*

Svačinka odpolední: Vanilkový pudink s banánem a piškoty /200ml /1,3,7

