

<b>02.03.2020</b>	Snídaně	Mrkev, jablko, med, rozinky, vlašské ořechy
	Svačina	Ananas
	Oběd	Kuřecí čevapčiči, dýňové pyré
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Těstoviny se zeleninovou omáčkou
<b>03.03.2020</b>	Snídaně	Mrkvový salát s ananasem
	Svačina	Kiwi
	Oběd	Rajčatový salát s tofu slámou
	Svačina	Bílý jogurt, med, vlašské ořechy
	Večeře	Filet z tresky, celerové pyré s karotkou
<b>04.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Ovocné pyré
	Oběd	Kuřecí s citronem a chilli, grilovaná zelenina
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Krůtí perkelt
<b>05.03.2020</b>	Snídaně	Rýže na sladko
	Svačina	Hruška
	Oběd	Špenátový sen s těstovinami
	Svačina	Okurkový salát s jogurtem
	Večeře	Zeleninový salát s kuřecími kousky
<b>06.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Blumy
	Oběd	Rizoto z červené řepy
	Svačina	Ředkvičkový salát
	Večeře	Karotkový krém
<b>07.03.2020</b>	Snídaně	Tofu pochoutka, žitný chléb
	Svačina	Jablko
	Oběd	Špagety s červenou čočkou
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Ratatouille s žitným chlebem se slunečnicí
<b>08.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Meruňky
	Oběd	Salát z červené řepy s artyčokami a kozím sýrem
	Svačina	Bílý jogurt
	Večeře	Pečený kuřecí steak, fazolky se sezamovými semínky

Změna jídelníčku vyhrazena, veškeré změny v jídelníčku jsou předem konzultovány a následně schváleny paní Mgr. Antónií Mačingovou

#### Seznam alergenů

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Obiloviny obsahující lepek  | 8. Skořapkové plody            |
| 2. Korýši                      | 9. Celer                       |
| 3. Vejce                       | 10. Horčice                    |
| 4. Ryby                        | 11. Sezamové semena (sezam)    |
| 5. Podzemnice olejná (arašídy) | 12. Oxid siřičitý a siřičitaný |
| 6. Sojové boby (soja)          | 13. Vlčí bob (lupina)          |
| 7. Mléko                       | 14. Měkkýši                    |

<b>09.03.2020</b>	Snídaně	Smaženice z uzeného tofu, žitný chléb
	Svačina	Datle
	Oběd	Kuřecí prso špikované fazolovými lusky, dušená kapusta
	Svačina	Slaný špenátový koláč
	Večeře	Brokolicová čína s kuřecím masem
<b>10.03.2020</b>	Snídaně	Mrkvový salát s ananasem
	Svačina	Ananas
	Oběd	Těstoviny se žampionovou omáčkou
	Svačina	Bílý jogurt, mandle, med
	Večeře	Čočka na kyselo, žitný chléb
<b>11.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Ovocné pyré
	Oběd	Kuřecí řízky na smetaně, celerové pyré s karotkou
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Vegetariánský guláš
<b>12.03.2020</b>	Snídaně	Rýže na sladko
	Svačina	Jablko
	Oběd	Lasagne s cuketovou omáčkou
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Pohankové rizoto
<b>13.03.2020</b>	Snídaně	Bílý jogurt, med, vlašské ořechy, skořice
	Svačina	Ovocný salát
	Oběd	Směs listových salátů s grilovaným kuřecím a žampiony
	Svačina	Okurkový salát s jogurtem
	Večeře	Kuře s citronem na medu, mixovaná zelenina
<b>14.03.2020</b>	Snídaně	Tofu pochoutka, žitný chléb
	Svačina	Švestky
	Oběd	Těstoviny se žampionovou omáčkou
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Zeleninový krém
<b>15.03.2020</b>	Snídaně	Rýže na sladko
	Svačina	Datle
	Oběd	Kuře na zázvoru, petrželové pyré s karotkou
	Svačina	Bílý jogurt
	Večeře	Bryza s bílky

Změna jídelníčku vyhrazena, veškeré změny v jídelníčku jsou předem konzultovány a následně schváleny paní Mgr. Antónií Mačingovou

#### Seznam alergenů

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Obiloviny obsahující lepek  | 8. Skořapkové plody            |
| 2. Korýši                      | 9. Celer                       |
| 3. Vejce                       | 10. Horčice                    |
| 4. Ryby                        | 11. Sezamové semena (sezam)    |
| 5. Podzemnice olejná (arašídy) | 12. Oxid siřičitý a siřičitaný |
| 6. Sojové boby (soja)          | 13. Vlčí bob (lupina)          |
| 7. Mléko                       | 14. Měkkýši                    |

<b>16.03.2020</b>	Snídaně	Grahamový rohlík, med, vlašské ořechy, grepová šťáva
	Svačina	Ananas
	Oběd	Brokolicové rolky s polníčkovým salátem
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Mozzarella, rajče, bazalka
<b>17.03.2020</b>	Snídaně	Mrkev, jablko, med, rozinky, vlašské ořechy
	Svačina	Kiwi
	Oběd	Filet ze štiky s červeným pestem, celerové pyré s petrželkou
	Svačina	Bílý jogurt, med, vlašské ořechy
	Večeře	Kuřecí steak s glazovanou karotkou
<b>18.03.2020</b>	Snídaně	Mrkvový salát s ananasem
	Svačina	Ovocné pyré
	Oběd	Ragú z tresky se zeleninou
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Kuře s citronem na medu, mixovaná zelenina
<b>19.03.2020</b>	Snídaně	Jáhlová kaše s meruňkami
	Svačina	Hruška
	Oběd	Stroganoff z tofu, dušená rýže
	Svačina	Okurkový salát s jogurtem
	Večeře	Karotkový krém
<b>20.03.2020</b>	Snídaně	Rýže na sladko
	Svačina	Blumy
	Oběd	Těstovinový salát s bazalkovým pestem
	Svačina	Ředkvičkový salát
	Večeře	Dýňový krém
<b>21.03.2020</b>	Snídaně	Tofu pochoutka, žitný chléb
	Svačina	Jablko
	Oběd	Krůtí stehna se zázvorem, mixovaná zelenina
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Zeleninový salát s uzeným lososem
<b>22.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Meruňky
	Oběd	Kuřecí prsa s citronovo-zázvorovou marinádou, zeleninový salát
	Svačina	Bílý jogurt
	Večeře	Čočka na kyselo, kyselá okurka, chléb

Změna jídelníčku vyhrazena, veškeré změny v jídelníčku jsou předem konzultovány a následně schváleny paní Mgr. Antónií Mačingovou

#### Seznam alergenů

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Obiloviny obsahující lepek  | 8. Skořapkové plody            |
| 2. Korýši                      | 9. Celer                       |
| 3. Vejce                       | 10. Horčice                    |
| 4. Ryby                        | 11. Sezamové semena (sezam)    |
| 5. Podzemnice olejná (arašídy) | 12. Oxid siřičitý a siřičitaný |
| 6. Sojové boby (soja)          | 13. Vlčí bob (lupina)          |
| 7. Mléko                       | 14. Měkkýši                    |

<b>23.03.2020</b>	Snídaně	Jáhlová kaše s meruňkami
	Svačina	Datle
	Oběd	Indické tofu s jasmínovou rýží
	Svačina	Slaný špenátový koláč
	Večeře	Květákové rizoto
<b>24.03.2020</b>	Snídaně	Vařené jáhly, vlašské ořechy, sušené švestky, med
	Svačina	Ananas
	Oběd	Mexické fazole, žitný chléb
	Svačina	Bílý jogurt, mandle, med
	Večeře	Rizoto s medovou dýní
<b>25.03.2020</b>	Snídaně	Celozrnný toast s artyčokovým salátem
	Svačina	Ovocné pyré
	Oběd	Kuřecí řízky s bazalkou, mixovaná zelenina
	Svačina	Zeleninový salát s mandlemi
	Večeře	Zeleninový salát s tuňákem a vejcem
<b>26.03.2020</b>	Snídaně	Pohanková kaše s medem, jablky a goji
	Svačina	Jablko
	Oběd	Uzené tofu v pikantní směsi s jarní zeleninou, žampiony a česnekem s divokou rýží
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Krúti perkelt
<b>27.03.2020</b>	Snídaně	Čerstvý sýr s křenem, kváskový chléb
	Svačina	Ovocný salát
	Oběd	Řecký salát se sýrem Feta
	Svačina	Slaný špenátový koláč
	Večeře	Kuřecí prsa obalovaná v mandlích, falešný bramborový salát
<b>28.03.2020</b>	Snídaně	Tofu pochoutka, žitný chléb
	Svačina	Švestky
	Oběd	Těstoviny s jarní cibulku, cuketou a mátou
	Svačina	Bílý jogurt, med, mandle
	Večeře	Kuře s citronem na medu, mixovaná zelenina
<b>29.03.2020</b>	Snídaně	Rýže na sladko
	Svačina	Datle
	Oběd	Opilé kuře s glazovanou karotkou
	Svačina	Bílý jogurt
	Večeře	Těstoviny se žampionovou omáčkou

Změna jídelníčku vyhrazena, veškeré změny v jídelníčku jsou předem konzultovány a následně schváleny paní Mgr. Antónií Mačingovou

#### Seznam alergenů

- |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|
| 1. Obiloviny obsahující lepek  | 8. Skořapkové plody            |
| 2. Korýši                      | 9. Celer                       |
| 3. Vejce                       | 10. Horčice                    |
| 4. Ryby                        | 11. Sezamové semena (sezam)    |
| 5. Podzemnice olejná (arašídy) | 12. Oxid siřičitý a siřičitaný |
| 6. Sojové boby (soja)          | 13. Vlčí bob (lupina)          |
| 7. Mléko                       | 14. Měkkýši                    |