

Celodenní krabičková strava

Pondělí

Snídaně	Vaječné mousse, bagel se sezamem, zelenina	1,3,7,11
Svačinka	Makový tvaroh s ovocnou dření	7
Oběd	Vegi bulgurito se zeleninou a strouhaným sýrem	1,3,6,7
Svačinka	Zeleninový salátek s tarhoňou	1,3,7
Večeře	Kuřecí popcorn se salátem z čočky belugy a fazolí	7

Úterý

Snídaně	Cottage s rajčátky a šunkou, ciabata	1,3,7
Svačinka	Borůvkový kuskusovník	1,7,8
Oběd	Dýňová svíčková s trhaným hovězím, mozaikový celozrnný knedlík	1,3,7
Svačinka	Avokádová pomazánka s ředkvičkou, chlebík	1,3,7
Večeře	Šopský salát, pepřové kuřecí kuličky	1,3,7

Středa

Snídaně	Jogurtový bowl (granola mix, ovoce)	7
Svačinka	Pórková nátěrka, kreky s proteinem	1,3,7
Oběd	Tilápie na másle se zeleninou, vařený brambor	4,7
Svačinka	Mléčná rýže čoko-mango	7
Večeře	Penne s rajčatovým pestem a kuřecím masem	1,3,7

Čtvrtek

Snídaně	Snídaňový tmavý toustík, zeleninová pomazánka, plátkový sýr	1,3,7
Svačinka	Pudinkáč ze zeleného čaje a pekanové oříšky	1,3,7,8
Oběd	Chilli con carne s rýží	
Svačinka	Brynza s ricotou, okurkové hranolky	7
Večeře	„VZP“ velmi zdravý pokrm (zeleninka, kuřecí maso, mozzarella)	7

Pátek

Snídaně	Makrelová tomatová pomazánka, žitný chléb, zelenina	4,7
Svačinka	Vitamínové smoothie (zázvor, špenát, pomeranč, banán)	1,3,7,8
Oběd	Kuřecí stehýnko, těstovinový salátek s jogurtem	1,3,7
Svačinka	Studentské paté, knäckebrot	1,3,7
Večeře	Pečené zeleninové placičky, zelný salát	1,3,7

Objednávky na nadcházející týden do pátku 16:00
Skladujte při 8°C. Spotřebujte do 48 hodin.
Změna jídelníčku vyhrazena!