

## **pondělí 12.7.**

### **snídaně:**

**varianta 1)** domácí obložený bagel se schwarzwaldskou šunkou, zeleninou, červenou cibulkou a dipem ze sušených rajčat a rukoly, cena 50Kč, alergenů: 1, 7

**varianta 2)** nebo kukuřičná kaše s kokosovým mlékem, mandlovým máslem, praženými semínky a ovocem, cena 50Kč, alergenů: 8

### **oběd:**

**varianta 1)** polévka kulajda s vejcem a hlívou ústřední + zapečené cuketové lodičky se zeleninou a kuřecím masem a lehkým salátkem, cena 100Kč, alergenů: 1, 3, 7,

**varianta 2)** krémová zeleninová polévka s kokosovým mlékem + zapečené cuketové lodičky se zeleninou a kuřecím masem a lehkým salátkem, cena 100Kč, alergenů: žádné

### **večeře:**

**varianta 1)** pečený losos v medovo-citronové marinádě + těstovinový salát se zeleninou, cena 120Kč, alergenů: 1, 7

**varianta 2)** pečený losos v medovo-citronové marinádě + bezlepkový těstovinový salát se zeleninou, cena 120Kč, alergenů: žádné

celkem za celý den 270Kč

## **úterý 13.7.**

### **snídaně:**

**varianta 1)** čerstvý domácí chléb + volské oko + avokádo + zelenina + šunka + sýr, 50Kč, alergenů: 1, 3, 7

**varianta 2)** ovesná bezlepková kaše s ghí, medem, oříšky a ovocem, cena 50Kč, alergenů: 7,8

### **oběd:**

**varianta 1)** krémová cuketová polévka s kari a kokosovým mlékem + plněná tortilla s restovaným kuřecím masem, zeleninou a pikantním dipem, cena 100kč, alergenů: 1, 7

**varianta 2)** krémová cuketová polévka s kari a kokosovým mlékem + vaječná omeleta plněná čerstvým restovaným špenátem a cibulkou, cena 100Kč, alergenů: 3

### **večeře:**

**varianta 1)** pečené krůtí karbanátky s bylinkami + vařené brambory s máslem a pažitkou + dresink + tzatziky, cena 110Kč, alergenů: 1, 3, 7

**varianta 2)** pečené krůtí karbanátky s bylinkami + vařené brambory s pažitkou + dresink ze sušených rajčat a slunečnicového semínka + salát, cena 110Kč, alergenů: 3, 8

celkem za celý den 260Kč

## **středa 14.7.**

### **snídaně:**

**varianta 1)** variace obložených chlebů s pomazánkami (pomazánka ze sušených rajčat, avokádová a mrkvovo-celerová s tempehem), cena 50kč, alergenů: 1, 6, 7, 9

**varianta 2)** pohanková kaše s jablky, rozinkami, praženými oříšky a semínky, skořicí a medem, cena 50Kč, alergenů: 8

### **oběd:**

**varianta 1)** rajčatová polévka s bylinkami + tortilla plněná zeleninou, hummusem, červenými fazolemi a dipem, cena 100kč, alergenů: 1, 7

**varianta 2)** rajčatová polévka s bylinkami + bezlepkový sendvič s hummusem a zeleninou, cena 100kč, alergenů: žádné

**večeře:**

**varianta 1)** těstoviny se sušenými rajčaty, vlašskými ořechy, restovanou cibulkou, cuketou a schwarzwaldskou šunkou + pesto a parmazán + salát, cena 100kč, alergenů: 1, 7, 8

**varianta 2)** bezlepkové těstoviny se sušenými rajčaty, vlašskými ořechy, restovanou cibulkou a schwarzwaldskou šunkou, pesto a veganský parmazán z kešu ořechů + salát, cena 100Kč, alergenů: 8

celkem za celý den 250Kč

**čtvrtek 15.7.**

**snídaně:**

**varianta 1)** čerstvý chléb + vaječná omeleta se zeleninou, cena 50Kč, alergenů: 1, 3, 7, 8

**varianta 2)** jáhlová kaše s medem, oříšky, rozinkami, skořicí a ovocem, cena 50Kč, alergenů: 8

**oběd:**

**varianta 1)** hustá indická polévka mung dahl + obložený sendvič s modrým sýrem, sušenými rajčaty a zkaramelizovanou červenou cibulkou, cena 100kč, alergenů: 1, 7

**varianta 2)** hustá indická polévka mung dahl + obložený bezlepkový sendvič se schwarzwaldskou šunkou, bylinkovým pestem a zeleninou, cena 100Kč, alergenů: žádné

**večeře:** indické cizrnové kari s kešu ořechy a kokosovým mlékem + jasmínová rýže, cena 100Kč, alergenů: 8

celkem za celý den 250Kč