

ZDRAVÉ MENU BISTRO INSPIRACE

Pondělí 25.9.2023

Polévka: **BIO Cizrnová polévka sypaná dýňovým semínkem (BL)**

Penne s olivovou caponattou,
slunečnicová semínka a strouhaný sýr /1,3,7,9/

Přesnídávka: **Musli s jahodami /1,7,8/**

Svačina: **Tvarohovo - pažitková pomazánka s chlebem /1,3,7/**

Úterý 26.9.2023

Polévka: **Polévka z bílých fazolí s restovanými rajčaty a bazalkou /9/ (BL)**

Sekaná svíčková s vařeným pažitkovým bramborem
/7,9,10/ (BL)

Přesnídávka: **Pečivo s marmeládou /1,7/**

Svačina: **Švestkový koláč /1,3,7/**

Středa 27.9.2023

Polévka: **Zeleninový vývar s bylinkami a rýží (BL)**

Vepřová pečeně na bylinkách,
bio čočkový salát, jogurtovo-česnekový dip /7/ (BL)

Přesnídávka: **Tvarohové croissanty se skořicí a cukrem /1,3,7/**

Svačina: **Ovocný jogurt /7/**

Pátek 29.9.2023

Polévka: **Polévka z BIO červené čočky s koriandrem (BL)**

Kuskusový salát s grilovaným filírovaným kuřetem,
jogurtový dresing /1,7/

Přesnídávka: **Kokosovo - rýžová kaše s malinami (BL)**

Svačina: **Chleba s máslem a šunkou /1,3,7/**

