

# ZDRAVÉ MENU BISTRO INSPIRACE

Pondělí 16.10.2023

Polévka: **Hráškový krém s mátou (BL)**

**Dušené hovězí zadní na česneku,**  
divoká rýže s petrželkou (BL)

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

Svačina: **Rajčatová pomazánka s mozzarellou /1,3,7/**

Úterý 17.10.2023

Polévka: **Polévka z mungo fazolek,**

**Špíz z kuřecího a vepřového masa na grilované zelenině,**  
šťouchaný brambor s pažitkou, tzatziky /7/ (BL)

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

Svačina: **Cuketový perník /1,3,6,7/**

Středa 18.10.2023

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

**Hovězí Stroganoff s žampiony,**  
jasmínová rýže /7,10/ (BL)

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

Svačina: **Vanilkový tvaroh /7/**

Čtvrtek 19.10.2023

Polévka: **Batátový krém s koriandrem (BL)**

**Pečené čevapčiči z mletého masa s vařenými brambory,**  
zelný salát (BL)

Přesnídávka: **Sladké šneky s cukrem a kakaem /1,3,7/**

Svačina: **Drobenkový koláč s ovocem a marmeládou /1,3/**

Pátek 20.10.2023

Polévka: **Francouzská krémová cibulačka s bylinkovým krutonem /1,3,7/**

**Vepřové kostky na česneku s listovým špenátem,**  
vařený brambor (BL)

Přesnídávka: **Jablečné placičky /1,3,7/**

Svačina: **Pomazánka z červené řepy a čočky,**

