

ZDRAVÉ MENU BISTRO INSPIRACE

Pondělí 23.10.2023

Polévka: **Čočkovo-špenátová polévka (BL)**

Bramborové knedlíky plněné uzeným masem,
červené zelí a opečená cibulka /1,3/

Přesnídávka: **Jablečné pyré s rozinkami /11/ (BL)**

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

Úterý 24.10.2023

Polévka: **Kmínová polévka s vejcem a bramborem /3/ (BL)**

Citronové kuřecí řízečky s grilovanými Grenaille brambory,
listový salátek /7/ (BL)

Přesnídávka: **Musli s čokoládou /1,6,7,8/ (BL)**

Svačina: **Hummus s čerstvou zeleninou (BL)**

Středa 25.10.2023

Polévka: **Silný kuřecí vývar se zeleninou a bylinkami,**

Hovězí pečeně sous-vide s koprovou omáčkou,
houskový knedlík /1,3,7/

Přesnídávka: **Šáteček s povidly /1,3,7/**

Svačina: **Vanilkový pudink s lesním ovocem /7/**

Čtvrtek 26.10.2023

Polévka: **Dýňový krém sypaný semínkem (BL)**

Fusilli s omáčkou z modrého sýru a sušených rajčat,
rukola /1,7/

Přesnídávka: **Kakaové muffiny /1,3,7/**

Svačina: **Kokosové řezy /1,3,7/**

Pátek 27.10.2023

Polévka: **Staročeská bramboračka /9/ (BL)**

Hovězí burger s rajčatovou salsou,
šťouchané brambory a zeleninový salátek /3,10/ (BL)

Přesnídávka: **Chia pudink s lesním ovocem (BL)**

Svačina: **Budapeštská pomazánka s chlebem /1,3,7/**

