

ZDRAVÉ MENU BISTRO INSPIRACE

Pondělí 4.3.2024

Polévka: **Rajská polévka s bazalkou (BL)**

Fusilli se zelenými fazolky a rajčaty na šalotce,
bazalka a pražená slunečnicová semínka /1/

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

Svačina: **Mrkvová pomazánka s chlebem /1,3,7,9/**

Úterý 5.3.2024

Polévka: **Jemný kapustový krém s dýňovými semínky (BL)**

Kuřecí prsa pečená na bylinkách,
baby mrkev na másle, bylinková rýže /7/ (BL)

Přesnídávka: **Ovesné vločky s malinami /1/**

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

Středa 6.3.2024

Polévka: **Zeleninový vývar s bylinkami a rýží /9/ (BL)**

Vepřová panenka na páře se svíčkovou omáčkou,
mačkané brambory /7,9,10/ (BL)

Přesnídávka: **Zeleninový salát s jogurtem /7/**

Svačina: **Avokádovo-vajíčková pomazánka s pečivem /1,3,7/**

Čtvrtek 7.3.2024

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

Koule z mletého masa v rajské omáče,
houskový knedlík /1,3/

Přesnídávka: **Ovocný jogurt /7/**

Svačina: **Celerová pomazánka s mrkví a jablky,**

Pátek 8.3.2024

Polévka: **Podkrkonošské kyselo /3/ (BL)**

Hovězí falešná svíčková v omáče z portského vína,
dlouhozrnná rýže s bylinkami (BL)

Přesnídávka: **Koláč s lesním ovocem a drobenkou /1,3,7/**

Svačina: **Kedlubnová pomazánka s pečivem /1,7/**

