1.9.ÚT\*

Přesnídávka 1: Houska sezamová 60g, hrášková pomazánka s mátou 30g, banán 50g / 1,7,11

Svačina 1: Slunečnicová bulka 60g s máslem 10g, šunkou 20 g, bílá ředkev 50 g/ 1,7

2.9.ST\*

Přesnídávka 1: Ovocný kefír 150ml, rohlík mochovský 60g / 1,7

Svačina 2: Samožitný chléb 60g, okurková pomazánka s koprem 30g / 1,7

3.9.ČT\*

Přesnídávka 1: Slunečnicová bulka 60g s přírodním sýrem 30g, švestka 50g /1,7,8

Svačina 2: Slunečnicová špička 45g, máslo 10 g, mozzarella 20g, rajče 50g/ 1,7,8

4.9.PÁ\*

Přesnídávka 1: Borodino chléb 60g s máslem 10g, kuřecí šunkou 20 g, jablko 50g /1,7

Svačina 2: Rohlík mochovský 60g, česneková pomazánka 30g, rajče 50g/ 1,7

7.9.PO\*

Přesnídávka 1: Bílý jogurt 150g, domácí müsli 20g /1,7,8

Svačina 2: Houska 60g, středomořská pomazánka 30g (suš.rajčata+olivy), rajče 50g /1,3,7

8.9.ÚT\*

Přesnídávka 1: Rohlík vícezrnný 70g s mrkvičkovou pomazánkou 30g , broskve 50g /1,3,7

Svačina 2: Slunečnicová špička 60g, sardinková pomazánka 30g, paprika 50g / 1,3,4,7,11

9.9.ST\*

Přesnídávka 2: Chléb lámankový 60g, avokádová pomazánka 30g apod./ 1,3,7

Svačina 1: Mouřenín 60g s lososovou pomazánkou 30g, okurka 50g/1,3,4,7

10.9.ČT\*

Přesnídávka 1: Samožitný chléb 60g s čerstvým sýrem 30g, hruška 50g / 1,3,7

Svačina 2: Slunečnicová špička 45g, šunková pěna 30g, paprika 50g /1,3,7

11.9.PÁ\*

Přesnídávka 1: Lámankový chléb 60g , okurková pomazánka s česnekem a koprem 30g /1,3,7

Svačina 1: Rohlík mochovský 60g s vajíčkovou pomazánkou 30g, rajče 50g /1,3,7

14.9.PO\*

Přesnídávka 1: Pribináček 80g a jablko 50g /1,7,8

Svačina 1: Bramborová špička 60g s máslem 10g, mozzarellou 20g a rajčetem 50g / 1,3,7

15.9.ÚT\*

Přesnídávka 2: Bagetka 60g, máslo 10g, sýr plátek 20g, hrozno 50g / 1,3,7

Svačina 2: Slunečnicová špička 45g, tuňáková pomazánka 30g, okurka 50g / 1,3,4,7

16.9.ST\*

Přesnídávka 1: Lámankový chléb 60g, s čerstvým sýrem 30g , broskev 50g / 1,3,7

Svačina 1: Houska 60g, pomazánka z červené čočky 30g rajče 50g/1,3,7,11

17.9.ČT\*

Přesnídávka 2: Vanilkový pudink s jahodami 150ml / 7 11

Svačina 2: Dalamánek 60g, liptovská pomazánka 30g, paprika 50g / 1,3,7,11

18.9.PÁ\* \*

Přesnídávka 2: Borodino chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g , švestka 50g apod./ 1,3,7

Svačina 2: Mouřenín 60g, pomazánka s cizrny ,,humus´´ 30g, okurka 50g / 1,3,7,11

21.9.PO\*

Přesnídávka 2: Jablečné pyré 150ml s domácím ořechovým müsli 20g /1,7,8

Svačina 2: Bagetka 60g, sýrová pomazánka 30g, paprika 50g/ 1,3,7

22.9.ÚT\*

Přesnídávka 1: Čokoládové mufiny 100g a mléko 200ml / 1,3,7,8

Svačina 1: Houska 60g s máslem 10g, šunkou 20g, okurka 50gr/ 1,3,7

23.9.ST\*

Přesnídávka 1: Pšenično žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, hruška 50g /1,3,7

Svačina 1: Samožitný chléb 60g, ricotta 30g, rajče 50g/1,3,7

24.9.ČT\*

Přesnídávka 2: Lámankový chléb 60g s máslem 10g, strouhaným sýrem 20g, švestka 50g/ 1,3,7

Svačina 2: Slunečnicová špička 45g, čerstvý sýr, rajče 50g apod./ 1,3,7

25.9.PÁ\*

Přesnídávka 2: Chléb Borodino 60g, bylinková lučina 30g, hrozno 50g apod./ 1,3,7

Svačina 2: Houska 60g, bulharská masová pomazánka 30g, mrkvička 50g / 1,3,7,11

28.9.PO\* STÁTNÍ SVÁTEK

29.9.ÚT\*

Přesnídávka 1: Termix 90g a jablko 50g /1,7,8

Svačina 2: Dalamánek 60g, špenátová pomazánka 30g, rajče 50g / 1,3,7

30.9.ST\*

Přesnídávka 2: Bagetka 60g, bylinkový tvaroh 30g, hruška 50g/1,3,7

Svačina 2: Těstovinový salátek se zeleninou a krůtím 150g, bez pečiva/ 1,3,7