Pondělí 4. listopad

**Brokolicový krém /1,7,9**

*brokolice\*brambory\*cibule\*mrkev\*celer\* mouka\* smetana\*mléko*

**Hovězí po Znojemsku, parboiled rýže/1,7,10**

*hovězí zadní\* hořčice\*cibule\*máslo\*mouka\*rýže parboiled*

*Svačina:* **Pribináček 80g, ovoce 50g** /1,7,

*Přesnídávka:* **Houska Bandur 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g** / 1,6,7

Úterý 5. listopadu

**Česneková s vejcem a bramborem/1,3,7**

*česnek\*cibule\*brambory\*kmín\*vejce\*mouka\*mléko*

**Šoulet, sázené vejce, okurka / 1,3,7,10 VEGETARIAN**

*Hrách\*kroupy ječné\*česnek\*majoránka\*cibule\*máslo\*vejce\*okurka*

*Svačina:* **Kváskový chléb 60g, ricotta 30g, zelenina 50g**/ 1,7

*Přesnídávka:* **Domácí perník 60g, mléko 200ml /** 1,3,7,8

Středa 6. listopad

**Hovězí vývar s nudlemi /1,3,9**

*Hovězí\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstoviny - nudle*

Kuřecí stripsy, mačkaný brambor, salát /1,3,7

*Kuřecí maso\*mouka\*strouhanka\*vejce\*brambory\*máslo\*zelenina\*kurkuma*

*Svačina:* **Kukuřičný plátek 2ks, bylinková lučina 30g, ovoce 50g**/ 1,7

*Přesnídávka:* **Houska Natura 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g** / 1,7

Čtvrtek 7. listopad

**Fazolová /1,7**

*cibule\*mléko\*smetana\*fazole\*česnek\*mouka\*olej*

Hamburská kýta, houskový knedlík /1,3,7,9,10

*vepřové maso\*paprika sladká\*máslo\*mléko\*cibule\*smetana\*celer\*petržel\*hořčice\*okurky\*ocet\*mouka\*kvasnice \*vejce*

*Svačina:* **Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g**/ 1,7

*Přesnídávka:* **Chléb Bonvital 60g, pomazánkové máslo 30g, ovoce 50g**/ 1,7,11

 Pátek 8. listopad

**Vegetariánská gulášovka se sójou /1,6,9**

*Brambory\*cibule\*sója\*olej\*česnek\*paprika sladká\*mouka*

**Rakouský Gormknodel s vanilkovým krémem, mák /1,3,7 VEGETARIAN**

*Mouka\*kvasnice\*vejce\*cukr\*povidla\*mák\*cukr\*máslo\*mléko\*vanilkový pudink*

*Svačina:* **Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g**/ 1,3,7,10

*Přesnídávka:* **Kukuřičné plátky 2ks, sýrová pomazánka 30g, zelenina 50g**/ 1,7

Pondělí 11. listopad

**Dýňový krém/1,7,9**

*Dýně\*cibule\* mrkev\*celer\*petržel\*koření\*mouka\*smetana\*mléko\*kurkuma*

**Celozrnné obalované rybí filé, mačkaný brambor /1,3,4,7,11**

*treska filé\*mouka\*vejce\*strouhanka\* brambory\*máslo\*sezam\*kurkuma*

*Svačina:* **Termix 90g, ovoce 50g**/7,8

*Přesnídávka:* **Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g**/1,3,7,10

Úterý 12. listopad

**Česnekový krém /1,7**

*brambory\*česnek\*smetana\*mléko\*cibule\*mouka*

**Pasta Alfredo s kuřecím masem /1,3,7**

*Těstoviny\*máslo\*česnek\*smetana\*parmezán\*kuřecí maso\*olivový olej*

Středa 13. listopad

*Svačina:* **Kváskový chléb 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g /** 1,7

*Přesnídávka:* **Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, med 15g, ovoce 50g** / 1,7

Boršč 1,9

*Brambory\*celer\*cibule\*mrkev\*rajčata\*červená řepa\*zelí\*hovězí maso\*fazole\*rajský protlak\*koření\*mouka*

**Zadělávané zelené fazolky na smetaně, vejce, brambory /1,3,7 VEGETARIAN**

*Zelené fazolky\*smetana\*mouka\*mléko \*vejce\* brambory\*máslo\*kurkuma*

*Svačina:* **Kváskový chléb 60g, okurková pomazánka s koprem 30g, ovoce 50g**/1,7

*Přesnídávka:* **Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g** / 1,7

Čtvrtek 14. listopad

**Hrstková /9**

*cibule\*česnek\*hnědá a červená čočka\*mrkev\*celer\*fazole\*hrášek*

**Kuřecí po Sečuánsku s basmati rýží/ 6,11**

*Kuřecí maso\*cibule\*brokolice\*mrkev\*bambusové výhonky\*pórek\*sezam\*sójová omáčka\*solamyl\*rýže basmati*

*Svačina:* **Dýňový toast 60g, sardinková pomazánka 30g, zelenina 50g** / 1,4,7,11,13

*Přesnídávka:* **Domácí mango termix 150ml, ovoce 50g** / 1,7,8

Pátek 15. listopad

**Zeleninový krém s červenou řepou /1,7,9**

*mrkev\*celer\*petržel\*cibule\*červená řepa\*mouka\*mléko\*smetana*

**Hovězí maso, rajská omáčka, houskový knedlík /1,3,7,9**

*hovězí maso\* rajčata a protlak\*cibule\*mrkev\*celer\*koření\*kvasnice\*mouka\*vejce\*mléko*

*Svačina:* **Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, ovoce 50g** / 1,7

*Přesnídávka:* **Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozarella 20g, zelenina 50g**/ 1,6,7

Pondělí 18. listopad

**Rajská s krupkami / 1,3,7**

*sekaná rajčata\*rajský protlak\*cibule\*máslo\*mouka\*kroupy*

Kung Pao, jasmínová rýže/1,5,6

 *kuřecí prsa\*arašídy\*pórek\*Kikkoman sójová omáčka\*cibule\*červená paprika\*balsamico\*jasmínová rýže*

*Svačina:* **Cornflakes 50g, mléko 200 ml, ovoce 50g**/1,7

*Přesnídávka:* **Houska Bandur 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g** / 1,6,7

Úterý 19. listopad

**Bramborová s quinoa/1,9**

*brambory\*quinoa\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel*

Koprová omáčka s vejcem, mačkaný brambory /1,3,7 VEGETARIAN

*kopr\*mléko\*smetana\*mouka\*vejce\*brambory\*máslo\*kurkum*

*Svačina:* **Kvsákový chléb 60g, riccotta 30g, zelenina 50g** / 1,7

*Přesnídávka:* **Domácí jablečný štrůdl 60g, mléko 200ml /** 1,3,7,8

Středa 20. listopad

Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9

*kuřecí\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstoviny - tarhoně*

Halušky se zelím s vepřovým masem / 1,3,7

*vepřové maso\*zelí\*mouka\*brambory\*sádlo\*cibule\*vejce*

*Svačina:* **Rýžový plátek 2ks, bylinková lučina 30g, ovoce 50g**/ 1,7

*Přesnídávka:* **Houska Natura 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g** / 1,7

Čtvrtek 21. listopad

**Česneková s vejcem a bramborem/3**

*česnek\*cibule\*brambory\*kmín\*vejce*

**Hovězí na česneku, špenát, bramborový knedlík /1,3,7**

*Hovězí maso\*cibule\*kmín \*špenát\*brambory\*vejce\*mouka*

*Svačina:* **Žitný chléb 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g** / 1,7

*Přesnídávka:* **Pistaciový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g**/ 1,3,7

Pátek 22. listopad

**Hrachová /7**

*žlutý hrách\*cibule\*česnek\* majoránka \*smetana\*mléko*

**Domácí těstoviny s mákem a perníkem / 1,3,7 VEGETARIAN**

*těstoviny kolínka\*mák\*perník strouhaný\*cukr\*máslo*

*Svačina:* **Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g**/ 1,3,7,10

*Přesnídávka:* **Kukuřičný plátek 2ks, veganská paštika 30g, zelenina 50g** / 1,6,11

Pondělí 25. listopad

**Hráškový krém/1,7**

*zelený hrášek\*cibule\*olej\*mouka\*mléko\*smetana*

**Filé na másle, brambory, červená řepa /1,4,7**

*treska filé\*máslo\*bylinky\*brambory\* červená řepa\*kurkuma*

*Svačina:* **Bílý jogurt 150g, ořechové musli 20g, ovoce 50g** /1,7,8

*Přesnídávka:* **Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g** /1,3,7,10

Úterý 26. listopad

**Cibulačka s pohankou a bramborem /1,3,9**

*brambory\*cibule\*pohanka\*mrkev\*celer\*česnek\*kmín\*vejce\*petržel*

Brokolicové placičky s červenou čočkou, bramborová kaše /1,3,7 VEGETARIAN

*brokolice\*vejce\*červená čočka\*cibulka\*brambory\*mléko\*bylinky\*ovesné vločky\*chia semínka\*kurkuma*

*Svačina:* **Kváskový chléb 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g /**1,7

*Přesnídávka:* **Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, med 15g, ovoce 50g** / 1,7

Středa 27. listopad

**Hovězí vývar s játrovým kapáním a nudlemi/1,3,9**

Hovězí kosti\*vepřová játra\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*strouhanka\*vejce\*česnek\*nudle

**Vepřové kousky, dušená kapusta, brambory / 1,7**

*vepřové maso\*kmín\*kapusta\*česnek\*cibule\*máslo\*mouka\*brambory\*kurkuma*

*Svačina:* **Knackebrot 2ks, mrkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g /**1,7

*Přesnídávka:* **Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, zelenina 50g**/ 1,7

Čtvrtek 28. listopad

**Z červené čočky a rajčat/1,7**

červená čočka\*rajčata\*cibule\*česnek\*majoránka\*mouka\*mléko

**Kuřecí v kokosové omáčce s koriandrem, rýže jasmínová /1,7,8**

*kuřecí prsa\*cibule\*česnek\*zázvor\*olej\*červená kari pasta\*kokosové mléko\*mrkev\*brokolice\*cukr\*citr. šťáva \*smetana\*mouka\*koriandr\*rýže jasmínová*

*Svačina:* **Celozrnný toast 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g** /1,4,6,7,11,13

*Přesnídávka:* **Celozrnný toast 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g** /1,4,6,7,11,13

Pátek 29. listopad

**Selská zelňačka/1,7**

*cibule\*brambory\*zelí\*smetana\*mléko\*paprika sladká\*mouka\*vepřové maso*

**Staročeský hovězí guláš, špecle /1,3,7**

*hovězí maso\*cibule\*česnek\*koření\*rajský protlak\* mouka\*vejce\*mléko\*olej*

*Svačina:* **Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus s mrkvičkou 30g, ovoce 50g** / 1,11

*Přesnídávka:* **Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozzarella 20g zelenina 50g** / 1,6,7