Pondělí 2. prosince

**Špenátový krém /1a,b,c,d,7**

*cibule\*špenát\*mléko\*smetana\*česnek\*mouka\*máslo*

**Čočkový dhal, basmati rýže /8a,b,c,d,e VEGETARIAN**

*červená čočka\*cizrna\*cibule\*česnek\*kari\*koriandr\*rajčata\*kokosové mléko\*rýže*

*Přesnídávka:* **Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 30g, ovoce 50g** /7,8 a,b,c,d,e

*Svačina:* **Houska Natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g /** 1a,b,c,d,7

Úterý 3. prosince

**Kulajda /1a,b,c,d,3,7**

*brambory\*cibule\*mléko\*smetana\*kopr\*mouka\*vejce\*houby*

**Kuřecí po Burgundsku, mačkaný brambor /1a,b,c,d,7,9**

*Kuřecí prsa\*cibule\*mrkev\*celer\*rajský protlak\*divoké koření\*máslo\*olej\*cibule\*brambory\*kurkuma*

*Přesnídávka:* **Kukuřičný plátek 2ks, riccota 30g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Domácí brownies s malinami 80g, mléko 200ml/** 1a,b,c,d,3,7

Středa 4. prosince

Kuřecí vývar s rýží /9

*kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*rýže*

**Vepřové nudličky po Sečuánsku s jasmínovou rýží/ 6,11**

*vepřová kýta\*cibule\*brokolice\*mrkev\*bambusové výhonky\*pórek\*sezam\*sójová omáčka\*solamyl\*rýže jasmínová*

*Přesnídávka:* **Kváskový chléb 60g, bylinková lučina 30g, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Kukuřičný plátek 2ks, tvarohová pomazánka s mrkví a lněným semínkem 30g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d, 7

Čtvrtek 5. prosince

**Toskánská fazolová /9**

*Cibule\*mrkev\*celer\* \*česnek\*drcená rajčata\*cuketa\*rajský protlak\*bílé a červené fazole\*hraška\*bylinky*

**Krůtí sekaná s červenou čočkou a mačkaným bramborem, okurka /1a,b,c,d,3,7,10**

*Krůtí maso\*brambory\* cibule\*česnek\*mouka \*koření \*hořčice\*mléko\*máslo \*vejce\*strouhanka\*okurka\*kurkuma*

*Přesnídávka:* **Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g**/ 1a,b,c,d,3,7,10

*Svačina:* **Jahodový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,3,7

Pátek 6. prosince

Bramborový krém /1a,b,c,d,9

*brambory\*cibule \*celer\*petržel*

 **Špagety Bolognese, sýr /1a,b,c,d,3,7,9**

*Hovězí a vepřové maso\*cibule\*česnek\*sekaná rajčata a protlak\*mrkev\*celer\*těstoviny\*sýr*

*Přesnídávka:* **Žitný chléb 60g, máslo 10g, čedar 20g, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, marmeláda 10g, ovoce 50g** / 1a,b,c,d,7

Pondělí 9. prosince

Žampiónový krém /1 a,b,c,d,9

*brambory\*cibule \*celer\*petržel\*žampióny*

**Treska na bylinkách, mačkaný brambor /1a,b,c,d,4,7**

*treska filé \*koření\*bylinky\*brambory\*olivový olej\*máslo\* mouka\*kurkuma*

*Přesnídávka:* **Ovocný jogurt 150g, ovoce 50g /**1a,b,c,d,7

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

Úterý 10. prosince

**Bramborová s bulgurem /1a,b,c,d,9**

*brambory\*bulgur\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*mouka*

**Kuře na smetaně se zeleninou, těstoviny /1a,b,c,d,3,7,9,10**

*kuřecí prsa\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*mouka\*smetana\*hořčice\*těstoviny*

*Přesnídávka:* **Kukuřičný plátek 2ks, mrkvičková pomazánka 30g, zelenina 50g /**1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Vánočka 60g, mléko 200ml/** 1a,b,c,d,3,7,8 a,b,c,d,e

Středa 11. prosince

**Hovězí vývar masem s písmenky /1a,b,c,d,3,9**

Hovězí maso a kosti\* cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*těstovina - písmenka

Domácí těstoviny se sušenými rajčaty a česnekem, parmezán, ledový salát / 1a,b,c,d,3,7,8a,b,c,d,e VEGETARIAN

*mouka\*sušená rajčata\*ajvar\*česnek\*olivový olej\*pasmezán\*ledový salát*

*Přesnídávka:* **Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, ovoce 50g** / 1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Uzlík Caesar 60g, vajíčková pomazánka 30g, zelenina 50g** /1a,b,c,d,3,7,10

Čtvrtek 12. prosince

**Cizrnová se zeleným hráškem /1a,b,c,d,**

*cizrna\*zelený hrášek\*garam masala \*cibule\*česnek\* hraška*

Holandský řízek, bramborová kaše /1a,b,c,d,3,7

*vepřové maso\*sýr\*vejce\*strouhanka\*brambory\*máslo\*mléko \*kurkuma*

*Přesnídávka:* **Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus s mrkvičkou 30g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d,11

*Svačina:* **Domácí pistáciový termix 150ml, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

Pátek 13. prosince

**Zeleninová s červenou řepou /1a,b,c,d,9**

*brambory\*celer\*cibule\*mrkev\*rajčata\*červená řepa\*zelí\*mouka\*paprika\*fazole\*rajčatové pyré\*ocet*

**Americké lívance, skořicový cukr, smetana /1a,b,c,d,3,7 VEGETARIAN**

*mouka\*mléko\*vejce\*kypřící prášek\*mléko\*cukr\* skořice\*zakysaná smetana*

*Přesnídávka:* **Kváskový chléb 60g, ajvar pomazánka 30g, ovoce 50g /**1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Zálabský rohlík 60g, máslo 10g, mozarella 20g, zelenina 50g**/ 1a,b,c,d,6,7

Pondělí 16. prosince

**Mrkvičkový krém /1a,b,c,d,7,9**

*mrkev\*celer\*petržel\*cibule\*zázvor\*mouka\*mléko\*smetana*

**Fazole v tomatě, grilovaná zelenina, bulgur /1a,b,c,d VEGETARIAN**

*Červená fazole\*cibule\*drcená rajčata\*rajčatový protlak\*česnek\*mouka\*paprika\*bylinky\*bulgur\* zelenina*

*Přesnídávka:* Jablečné pyré 150g, piškoty 20g, ovoce 50g /1a,b,c,d,3

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

Úterý 17. prosince

**Bramborová s ovesnými vločkami /1a,b,c,d,9**

*brambory\*ovesné vločky\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel*

**Butter chicken, basmati rýže /1a,b,c,d,7,11**

*kuřecí prsa\*máslo\*cibule\*česnek\*rajčata a protlak\*směs koření\*smetana\*rýže basmati\*sezam*

*Přesnídávka:* **Korn rohlík 60g, makrelová pomazánka 30g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d,4,6,7

*Svačina:* **Domácí makovec 80g, mléko 200ml /** 1a,b,c,d,3,7

Středa 18. prosince

Kuřecí vývar s rýží / 9

*kuře\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*rýže*

**Milánské kuřecí špagety se sýrem /1a,b,c,d,3,7**

*Špagety\*kuřecí maso\*rajský protlak\*cibule\*česnek\*bylinky\*sýr*

*Přesnídávka:* **Houska Bandur 60g, bulharská pomazánka 30g, zelenina 50g** 1a,b,c,d,,6,7,10

*Svačina:* **Kváskový chléb 60g, pomazánka z červené řepy „Barbie“ 30g, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,7,8 a,b,c,d,e

Čtvrtek 19. prosince

**Hrstková /9**

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

**Švédské masové kuličky, brambory, brusinky /1a,b,c,d,3,7**

*vepřové maso\*cibule\*vejce\*mouka\*smetana\*brusinky\*brambory\*kurkuma*

*Přesnídávka:* **Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d,7

*Svačina:* **Bonvital chléb 60g, pomazánkové máslo 30g, ovoce 50g** / 1a,b,c,d,7,11

Pátek 20. prosince

**Květáková s hráškem /1a,b,c,d,7**

*květák\*hrášek\* mléko\*smetana\*cibule\*mouka\*máslo\*bylinky*

Bratislavská telecí ragú, houskový knedlík / 1a,b,c,d,3,7,9,10

*Telecí maso\*cibule\*mrkev\*hrášek\*mouka\*rajský protlak\*olej\*smetana\*celer\*okurka\*mléko\*citrón\*kvasnice\*vejce*

*Přesnídávka:* **Žitný chléb 60g, vajíčková pomazánka 30g, ovoce 50g**/ 1a,b,c,d,3,7,10

*Svačina:* **Houska Natura 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g** / 1a,b,c,d,7