Úterý 1.10.

**Bramborová s bulgurem/1,9**

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

**Kuře na smetaně se zeleninou, těstoviny /1,3,7,9,10**

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

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

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

Středa 2.10

**Hovězí vývar masem s písmenky /1,3,9**

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

**Kuřecí paella, ledový salát /7,9,10**

*Kuřecí maso\*rýže\*drcená rajčata\*olej\*cibule\*paprika\*česnek\*šafrán\*citrén\*kurkuma\*ledový salát*

*Přesnídávka:* **Kváskový chléb 60g, ředkvičková pomazánka 30g, ovoce 50g**/1,7

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

 Čtvrtek 3.10.

**Cizrnová se zeleným hráškem/1**

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

Těstoviny s červeným pestem / 1,3,7,8 VEGETARIAN

*Těstoviny\*sušená rajčata\*ajvar\*česnek\*olivový olej\*ořechy*

**Moravský vrabec, zelí, GF bramborový knedlík / 0**

*vepřová kýta\*cibule\*česnek\*alsan\*zelí\*brambory\*GF mouka*

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

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

Pátek 4.10.

**Zeleninová s červenou řepou /1,9**

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

Holandský řízek, bramborová kaše /1,3,7

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

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

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

Pondělí 7.10

**Mrkvičkový krém/1,7,9**

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

**Fazole v tomatě, grilovaná zelenina, bulgur/1 VEGETARIAN**

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

*Přesnídávka:* **Bílý jogurt 150g, jablečné pyré 30g, ovoce 50g** /7,8

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

Úterý 8.10

**Bramborová s ovesnými vločkami/1,9**

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

**Butter chicken, basmati rýže / 1,7,11**

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

*Přesnídávka:* **Kváskový chléb 60g, riccota 30g, zelenina 50g** / 1,7

*Svačina:* **Domácí brownies s malinami 60g, mléko 200ml/** 1,3,7

Středa 9.10

Kuřecí vývar s rýží / 9

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

Bratislavská telecí ragú, houskový knedlík / 1,3,7,9,10

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

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

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

Čtvrtek 10.10.

**Hrstková /9**

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

**Švédské masové kuličky, brambory, brusinky /1,3,7**

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

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

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

Pátek 11.10.

**Květáková s hráškem /1,7**

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

**Špaldové buchtičky se šodó /1,3,7 VEGETARIAN**

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

*Svačina:* **: Kukuřičný plátek 2 ks, tvarohová pomazánka s droždím a sýrem 30g, zelenina 50g**/ 1,7

Pondělí 14.10.

 **Rajská s rýží /1,7**

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

**Treska na bylinkách, mačkaný brambor, kompot /1,4,7**

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

*Přesnídávka:* **Ovocný jogurt 150g, ovoce 50g /**1,7

*Svačina:* **Chléb Bonvital 60g, pomazánkové máslo 30g, zelenina 50g**/ 1,7,11

Úterý 15.10.

**Pórková s bramborem /1,9**

*pórek\* brambory \*cibule\*mrkev\*celer\*petržel*

 **Špagety Bolognese se sójovým masem, sýr /1,3,6,7,9 VEGETARIAN**

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

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

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

Středa 16.10.

**Hovězí vývar s krupicí a vejcem /1,3,9**

*Hovězí kosti\*cibule\*mrkev\*celer\*bylinky\*krupice\*vejce*

**Krůtí sekaná s mačkaným bramborem, salát /1,3,7,10**

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

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

*Svačina:* **Uzlík Caesar 60g, šunková pěna 30g, zelenina 50g**/ 1,7

Čtvrtek 17.10.

**Minestrone s  fazolí /1,9**

*Mrkev\*fazole\*brambory\*olej\*cibule\*cuketa\*drcená rajčata protlak\*bylinky\*cele**r*

**Hovězí svíčková, brusinky, celozrnný knedlík/1,3,7,9,10**

*hovězí maso\*cibule\*mrkev\*celer\*hořčice\*smetana\*pšeničná a celozrnná mouka\*kvasnice\*vejce\*mléko\*brusinky*

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

*Svačina:* **Houska kolínská 60g, máslo 10g, eidam 20g, ovoce 50g** / 1,7

Pátek 18.10.

**Krkonošská cibulačka s masem /3,9**

*Hovězí maso\*brambory\*cibule\*mrkev\*česnek\*pohanka\*vejce*

**Bramborové knedlíky plněné vepřovým masem, zelí / 1,3,7**

*brambory\*vejce\*mouka\*vepřové maso\*cibule\*zelí\*cukr\*ocet*

*Přesnídávka:* **Kukuřičné tyčinky 3ks, hummus ala svíčková 30g, ovoce 50g** / 1,9,11

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

Pondělí 21.10

**Celerový krém s pórkem/1,7,9**

*Celer\*cibule\*mrkev\*brambory\*pórek \*mléko\*smetana\*mouka\*máslo*

**Krůtí ve Středomořské omáčce, penne / 1,3,7**

*cibule\*paprika\*cuketa\*olej \*bazalka\*rajský protlak\*drcená rajčata\*mouka\*pepř\*cukr\*krůtí maso\*penne*

*Přesídávka:* **Korn rohlík 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g /**1,4,6,7

*Svačina:* **Domácí makovec 60g, mléko 200ml /** 1,3,7,8

Úterý 22.10.

**Zeleninová s bramborem/1,7,9**

*květák\*mrkev\*hrášek\*celer\*mouka\*mléko\*brambory*

**Květákové kari s cizrnou, basmati rýže /1,8 VEGETARIAN**

*Květák\*cizrna\*hrášek\*drcená rajčata\*kokosové mléko\*cibule\*česnek\*kari\*zázvor\*koriandr\*basmati rýže*

*Přesídávka:* Jablečné pyré 150g, piškoty 20g, ovoce 50g /1,3

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

Středa 23.10.

Gulášová/1,9

*hovězí maso\*brambory\*cibule\*česnek\*mouka\*paprika sladká\*majoránka\*celer*

 **Lasagne Bolognese, salát /1,3,7,9**

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

Čtvrtek 24.10.

Hrachová

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

**Vepřový řízek, bramborová kaše, okurka / 1,3,7,10**

*Vepřové maso\*mouka\*vejce\*brambory\*mléko\*okurka*

*Přesídávka:* **Dýňový toast 60g, čerstvý sýr 30g, zelenina 50g**/ 1,7,11,13

*Svačina:* **Vanilkový pudink 150ml, piškoty 20g, ovoce 50g**/ 1,3,

Pátek 25.10.

**Zeleninová /1,7,**

**Bramborové knedlíky se švestkami, mákem a cukrem/1,3,7 VEGETARIAN**

*Brambory\*mouka\*vejce\*máslo\*mák\*cukr \*mléko\*ovoce*

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

*Svačina:* **Vícezrnný chléb 60g, máslo 10g, čedar 20g, zelenina 50g** / 1,7

Pondělí 28.10.

**Státní svátek**

**\_\_\_\_\_**

Úterý 29.10.

**Bramborová s kroupami /1,9**

*brambory\*kroupy\*cibule\*mrkev\*celer\*petržel\*bylinky*

**Filé na kmíně, mačkaný brambor, kompot /4,7**

*filet z tresky\*bylinky\*máslo\*kmín\*brambor\*kurkuma\*kompot*

*Přesídávka:* **Čokokuličky 50g, mléko 200ml** / 1,7

*Svačina:* **Houska kolínská 60g, máslo 10g, šunka 20g, zelenina 50g /** 1,7

Středa 30.10.

Kuřecí vývar s tarhoní /1,3,9

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

**Zapečené sýrové těstoviny s kuřecím masem, salát /1,3,7**

*Těstoviny\*gouda\*kuřecí maso\*parmezán\*vejce\*pórek\*sušená rajčata\*česnek\*smetana\*zelenina*

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

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

Čtvrtek 31.10.

**Čočková polévka/1**

*hnědá čočka\*cibule\* ocet\*cukr\*mouka*

Staročeská lepenice, sázené vejce / 1,3,7 VEGETARIAN

*Brambory\*vejce\*zelí\*olej\*mouka\*cibulka*

*Přesídávka:* **Světlý toast 60g, tuňáková pomazánka 30g, zelenina 50g** / 1,4,6,7

*Svačina:* **Domácí pistáciový termix 150ml, ovoce 50g** / 1,7