

JEDÁLNY LÍSTOK

LOWCARB

15.06.2026 / Pondelok

Raňajky:	Jogurt s čučoriedkami, chia a orieškami	7, 8
Polievka:	Višňové smoothie	
Obed:	Zeleninové risotto s parmezánom	7
Olovrant:	Vlašské orechy, kešu	
Večera:	Tuniakový bowl s bazalkovým dipom	7

V tento deň sú do menu zaradené: Ryby Orechy

16.06.2026 / Utorok

Raňajky:	Čučoriedkový bowl s orieškami a semienkami	8
Polievka:	Šampiňónový krém	
Obed:	Morčacie na zelenine, tekvicové pyré	7
Olovrant:	Hruškovo-jahodový fresh	
Večera:	Kuracie stir-fy s brokolicou	

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy Huby

17.06.2026 / Streda

Raňajky:	Liptovská nátierka s bagetkou	3, 7
Polievka:	Gulášová polievka	
Obed:	Bravčová bábika na čakance s mrkvocelerovými hranolkami, dip	7
Olovrant:	Bueno dezert	7
Večera:	Zeleninový šalát s grilovaným syrom, dip	7

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy

18.06.2026 / Štvrtok

Raňajky:	Tekvicová buchta s krémom	3, 7
Polievka:	Maďarská kapustová polievka	
Obed:	Kuracie na bylinkách s batátmi, šalát z červenej repy	
Olovrant:	Jogurt vrstvený granolou a jahodami	7, 3
Večera:	Fajita bowl	7

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy

19.06.2026 / Piatok

Raňajky:	Budapeštianska nátierka, chlieb, zelenina	7
----------	---	---

V tento deň sú do menu zaradené: Ryby

Zoznam alergénov:

1. Lepok, 2. Kôrovce, 3. Vajcia, 4. Ryby, 5. Arašidy, 6. Sója, 7. Mlieko, 8. Škrupinové plody, 9. Zeler, 10. Horčica, 11. Sezam, 12. Oxid siričitý a siričitany, 13. Vlčí bob, 14. Mäkkýše