

JEDÁLNY LÍSTOK

LOWCARB

04.05.2026 / Pondelok

Raňajky:	Jogurt s domácim džemom, domáca granola	7, 8
Polievka:	Jahodové smoothie	
Obed:	Filirované morčacie prsník, paradajková omáčka, karfiolovo-hrášková ryža	7
Olovrant:	Lieskové orechy, kustovnica (goji)	8
Večera:	Šalát s vajcom, slaninou, francúzsky dresing	3, 10

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy

05.05.2026 / Utorok

Raňajky:	Red velvet - Repová buchta s mascarpone	3, 7
Polievka:	Brokolicová polievka	
Obed:	Kurča na paprike s zelerovým zemiačikom	3, 7, 9
Olovrant:	Kešu, mandle	8
Večera:	Bravčová bábika na šalátku s cherry paradajkami	

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy

06.05.2026 / Streda

Raňajky:	Vajíčková nátierka, foccacia	3,7,8
Polievka:	Ázijská polievka	
Obed:	Kuracie rezne v slnečnicovom obale so šalátom	
Olovrant:	Lívanečky s tvarohom a lesným ovocím	3,7
Večera:	Kapustové rezance s talianskym mletým mäsom	7

V tento deň sú do menu zaradené: Orechy Huby

07.05.2026 / Štvrtok

Raňajky:	Kešu kaša	7, 8
Polievka:	Kapustičková polievka	
Obed:	Mäsozeleninové ražniči s pečeným batátom	3,7
Olovrant:	Čučoriedkový bagel	3, 7
Večera:	Štuka s mrkvovo-zázvorovou kašou	7

V tento deň sú do menu zaradené: Ryby Orechy

08.05.2026 / Piatok

Na tento deň nerozvážame krabičkovú stravu.

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. Vlíč bob, 14. Mäkkýše