

PONDELOK			27. 7.
	RAŇAJKY	čokoládovo-banánové vločky s arašidovým maslom	1 · 5 · 7
	DESIATA	cottage-bylinkový dip s mrkvou, uhorkou a paprikou a knäckebrotom	1 · 7
	OBED	medovo-horčicové kuracie prsia s pečenými zemiakmi a cherry paradajkami	10
	OLOVRANT	kokosovo-malinový jogurt	7
	VEČERA	cestovinový šalát s mozzarellou, sušenými paradajkami a bazalkou	7

UTOROK			28. 7.
	RAŇAJKY	tvorohový brownie s arašidovým maslom	1 · 3 · 5 · 7
	DESIATA	vajíčková nátierka s jarnou cibulkou a horčicou, viacvrstvný chlieb	1 · 3 · 7 · 10
	OBED	cottage pizza so šunkou, salámou, syrom, olivami a kukuricou	1 · 3 · 7
	OLOVRANT	čokoládovo-datľový chia jogurt	7
	VEČERA	cícerový šalát s balkánskym syrom, olivami a rukolou	7

STREDA			29. 7.
	RAŇAJKY	ricottová nátierka s pečenou paprikou a bylinkami	1 · 7
	DESIATA	jogurt s čučoriedkami a chia	7
	OBED	dusené hovädzie na zelenine s ryžou	
	OLOVRANT	tvoroh s makom a višňami	7
	VEČERA	vrstvený šalát s kuracím mäsom a jogurtovým dresingom	7 · 10

ŠTVRTOK			30. 7.
	RAŇAJKY	banánovo-arašidový chlebič s orechmi a škoricou	1 · 3 · 5 · 7 · 8
	DESIATA	reďkovkovo-mrkvový šalát s makovou zálievkou	10
	OBED	kuracie satay kocky s arašidovou omáčkou a ryžou	5 · 6
	OLOVRANT	proteínový puding s malinami a mandľami	7 · 8
	VEČERA	šalát s marhuľami, ricottou a avokádom	7 · 9

PIATOK			31. 7.
	RAŇAJKY	tvorohová miska s jahodami, broskyňou a čoko granolou	1 · 7
	DESIATA	krémová cuketová polievka so špenátom a kešu	8
	OBED	zapekaná kyslá kapusta s morčacím mäsom a bulgurom	1 · 3 · 7
	OLOVRANT	černicový pohár s ricottou a gréckym jogurtom	7 · 8
	VEČERA	zapečená tilapia so zeleninou, zemiaková kaša	4 · 7

Alergény: 1 lepok · 3 vajcia · 4 ryby · 5 arašidy · 6 sója · 7 mlieko · 8 orechy · 9 zeler · 10 horčica · 11 sezam

krabickyodbibky.sk · 0904 923 405 · Bitarová 289 · nový jedálniček každý piatok