

JIRÍ KNOT

Úterý 10.10.

- 9,30 Nápoj ACTIVIA-trop.ovoce (370ml)
- 11,30 COTTAGE (1/2), eidam (40g), 1 ½ chleba (80g)
- 15,00 polévka přidej vejce uzená (300ml), drůb. játra (150g), rýže (100g), kys. okurka (100g)
- 18,00 tyčinka GUARETA
- 20,00 Zeleninový salát s kuř. masem (200g)

3 l vody + 1x káva

Středa 11.10

- 12,00 švest. koláče z kyn. těsta (2ks)
- 15,30 kuř.soté se zeleninou (200g), rýže (100g)
- 18,30 jablko
- 22,00 duš. zelenina (300g), sázená vejce (2ks)

2,5 l vody + 2x káva

Čtvrtek 12.10.

- 10,00 Nápoj ACTIVIA – ovocná (390ml)
- 12,30 šunka (100g), celozrnné pečivo (80g), rajče
- 15,00 vepř. Roláda (100g), vařený brambor (100g), kys. okurka (300g)
- 18,00 eidam (50g), jablko
- 20,30 míchaný salát (350g), hermelín FIGURA (100g)

4 l vody + 3x káva

Pátek 13.10.

- 9,30 celozrnný rohlík (2ks), nízkotučný tavený sýr (50g), šunka (50g)
- 11,30 ovocný nápoj VITALINEA (390g)
- 15,00 kuř. maso (150g), fazolky (150g), vařený brambor (100g), kys. zelí (150g)
- 17,30 tyčinka GUARETA
- 20,00 salát ze šmakouna – česnekový (150g), 2 rajčata, paprika

3 l vody

Sobota 14.10.

- 10,00** párek ze šmakouna (2ks), celozrnný rohlík
- 14,30** sekaná ze šmakouna (200g), rajče (3ks), paprika, vařený brambor (100g)
- 17,30** ovocný nápoj VITALINEA (390g)
- 19,00** ovocný jogurt VITALINEA (125g)
- 21,00** salát ze šmakouna – maďarský (150g), olomoucké tvarůžky (125g), rajče, sal. okurka
- 01,00** salátová okurka menší

2,5 l vody + 2x káva + 0,2 l čer. Víno

Neděle 15.10.

- 12,30** párek ze šmakouna (2ks), bulka celozrnná (2ks)
- 15,30** pečené kuře (1/4), vařený brambor (100g), steril. mix zelenina (330g)
- 17,30** ovocný nápoj VITALINEA (390g)
- 21,00** míchaný salát (400g), hermelín FIGURA (100g)
- 23,00** salát ze šmakouna – jemný (150g)

3 l vody + 0,5 l rajčatového juice 100% bez cukru

Pondělí 16.10.

- 10,00** houska celozrnná (2ks), šunka (50g), eidam 30% (40g)
- 12,00** ovocný nápoj VITALINEA (390g)
- 14,30** hovězí vývar (0,3 l), roštěná na česneku (100g), rýže (100g), zelenina (200g)
- 16,30** rajče (2ks)
- 17,00** šunka (80g)
- 20,30** šmakoun plátky (200g), zelenina míchaná (350g)
- 01,00** jablko (2ks)

2,5 l vody + 3x káva + nealko pivo

Úterý 17.10.

- 07,30** Kysaný nápoj ACTIVIA sladká (380g)
- 11,30** celozrnný rohlík, šunka (50g)
- 14,00** bramboračka (0,3 l), sekaná ze šmakouna (200g), vařený brambor (100g), kyselá okurka (200g)
- 17,30** eidam (50g), jablko
- 21,00** míchaná zelenina (350g), orestované kuř. kousky (100g)

3 l vody + 2x káva + 0,5 l rajčatového juice

Středa 18.10.

- 10,30** ovocný nápoj VITALINEA (390g), banán (1/2)
- 13,00** cottage s pažitkou(180g), celozrnná bageta (100g)
- 14,30** vařené hovězí (100g), těstoviny (100g), rajská omáčka
- 18,00** jogurtový nápoj REVITAL ACTIV aloe vera (500ml)
- 20,00** salát ze šmakouna - čínský (150g), olom. tvarůžky (125g), zelenina kujovanka (340g)
- 21,30** tuňák ve vlastní šťávě (130g)

2,5 l vody + káva

Čtvrtek 19.10.

- 12,30** vaření hovězí (100g), těstoviny (100g), rajská omáčka
- 15,00** jogurt VITALINEA (1xbílý+1xovocný)
- 18,30** hermelín FIGURA (1/2)
- 20,00** párek ze šmakouna (3ks), celozrnná bageta (100g)
- 23,00** rajče (300g)

2 l vody + 3x káva

Pátek 20.10.

- 10,00** párek ze šmakouna (2ks), celozrnná bageta (1/2)
- 12,30** ovocný nápoj ACTIVIA (390g)
- 15,00** hovězí vývar (0,3 l), vepřové maso v mrkvi (200g), vařený brambor (100g)
- 17,00** šunka (100g), paprika
- 21,00** míchaná zelenina (400g), orestované kuř. kousky (100g)
- 00,30** párek ze šmakouna, celozrnná bageta (1/2)

2,5 l vody + 3x káva + 0,7 l bílé víno

Sobota 21.10.

- 09,00** chléb žitný (2ks), šunkový salám (100g)
- 12,00** jogurt VITALINEA bílá
- 14,30** cibulová pol. (0,3 l), kuřecí na paprice (200g), těstoviny (100g)
- 17,30** párek ze šmakouna (2ks)
- 20,00** míchaný salát (400g), sýr balkán (100g)
- 00,30** eidam 30% (50g)

2 l vody + 3x káva + 0,2 l rybízový juice + 4x0,5 l pivo

Neděle 22.10.

07,00 chléb žitný (80g), eidam (50g), šunka (30g)

11,30 ovocný nápoj VITALINEA (390g)

14,00 žamp. krém (0,3 l), čína ze šmakouna (200g), vařený brambor (100g)

18,00 jogurt VITALINEA ovocný (125g)

18,30 jogurt VITALINEA ovocný (125g)

20,00 párek ze šmakouna (2ks)

22,30 salát ze šmakouna - maďarský (150g)

2,5 l vody + 3x káva