

JEDÁLNY LÍSTOK

streda 10.7.

R: vaječná omeleta s hráškom a cheddarom (3,7)

D: tvaroh s dusenými slivkami, škoricou a kešu orieškami (7,8)

Ob: mäsové guľky v paradajkovej omáčke, špagety (1)

Ol: cottage so šunkou a kukuričnými chlebíkmi (7)

V: fašírky z červenej šošovice so zemiakovou kašou a dipom z gréckeho jogurtu (1,3,7)

štvrtok 11.7.

R: bryndzová nátierka, cereálny chlieb (1,7)

D: mozzarella so šunkou, ryžovými chlebíkmi, zelenina (7)

Ob: kuracie prsia v jogurtovej marináde, zemiaková kaša, coleslaw šalát (7)

Ol: krémová polievka z kukurice (7)

V: šošovicový prívarok s vajcom (3,7)

piatok 12.7.

R: ovsené vločky s jablkom a arašidovým maslom (1,5,7)

D: vajíčkové muffiny (3)

Ob: cicerová omáčka s ryžou (7)

Ol: jogurt s lesným ovocím a ľanovými semienkami (7)

V: losos s hráškovým pyrém (4,7)

