

Snídaně

Leden

Večeře

1.1.ČT	ochucená lučina,pečivo,čaj	plátkový sýr,tavený sýr,máslo,pečivo
2.1.PÁ	perník,ochuc.jogurt, káva 2v1	ochuc. pom. máslo,paprika pečivo
3.1.SO	vepř.šunka, máslo,rajče,pečivo,čaj	ochucená lučina, pečivo
4.1.NE	ochucená rýžová kaše,šáteček, čaj	cottage, přesnídávka, pečivo
5.1.PO	drůbeží šunka, máslo,pečivo,čaj	ochuc.tav.sýr,máslo, paprika, pečivo
6.1.ÚT	2xloupáček ,termix,káva 2v1	pažitková pomazánka, rajče, pečivo
7.1.ST	tavený sýr,máslo,pečivo, čaj	uz. plátkový+tavený sýr,máslo,pečivo
8.1.ČT	2xkobliha,ovoc.smoothie, káva 2v1	žervé, lučina, máslo, pečivo
9.1.PÁ	ochucená ovesná kaše,loupáček,čaj	pomazánka a lá krab,přesnídávka,pečivo
10.1.SO	plátkový sýr,máslo,pečivo,káva 2v1	cottage, rajče, pečivo
11.1.NE	med,džem,máslo,pečivo,banán,čaj	kuřecí šunka, máslo, pečivo
12.1.PO	2xlučina,máslo,pečivo,rajče,čaj	budapešťská pom., přesnídávka,pečivo
13.1.ÚT	ochucený jogurt,piškoty,banán,káva 2v1	ochucený tavený sýr,máslo,pečivo
14.1.ST	rybí pomazánka,rajče,pečivo,čaj	vepřová šunka, máslo, pečivo
15.1.ČT	žervé,pečivo,máslo,mandarinka,káva 2v1	vejce 2ks,plátk.sýr,máslo, rajče,pečivo
16.1.PÁ	palačinky s marmeládou,ledová káva	salámová pomazánka,pečivo
17.1.SO	vepřová.šunka,pl.sýr,máslo,pečivo,čaj	cottage, paprika, pečivo
18.1.NE	ochucená rýžová kaše, loupáček, čaj	ochuc.pomazánkové máslo,jablko,pečivo
19.1.PO	kuřecí šunka,máslo,pečivo,káva 2v1	vajíčková pomazánka,rajče, pečivo
20.1.ÚT	bílý jogurt , med,cereální pečivo, banán, čaj	pomazánka z tofu,přesnídávka,pečivo
21.1.ST	kobliha 2ks, skyr,káva 2v1	plátkový sýr,kuřecí šunka,máslo,pečivo
22.1.ČT	cottage,ovoc.smoothie,pečivo,čaj	rybí pomazánka, pečivo, čaj
23.1.PÁ	ochucená ovesná kaše,piškoty, čaj	ochuc.žervé,máslo,přesnídávka, pečivo
24.1.SO	lívance,ochuc.jogurt,káva 2v1	vepřová šunka, máslo, pečivo
25.1.NE	lučina,tavený sýr,máslo,pečivo,čaj	pomazánka humus, pečivo
26.1.PO	med,džem,máslo,pečivo,káva 2v1	nivová pomazánka,pečivo,rajče
27.1.ÚT	žervé,pečivo,přesnídávka,čaj	plátkový+tavený sýr, máslo, pečivo
28.1.ST	drůbeží šunka,máslo,pečivo,čaj	tvorohová pomazánka,pečivo
29.1.ČT	vanilkový pudink, piškoty, černá káva	2xlučina, máslo, pečivo
30.1.PÁ	lívance,ochuc.jogurt,káva 2v1	vepřová šunka,tav.sýr,máslo,pečivo
31.1.SO	tavený sýr,máslo,pečivo,čaj	cottage, rajče, pečivo

Neoznačení žádného jídla v konkrétním dni je považováno za odhlášení snídaně a večeře pro tento den.