

Snídaně

říjen

Večeře

1.10.ČT	ochucený tvaroh,pečivo,čaj	cottage, přesnídávka, pečivo
2.10.PÁ	vařené vejce,máslo,chléb,rajče,čaj	ochuc. pom. máslo,paprika pečivo
3.10.SO	vepř.šunka, máslo,ovoce,pečivo,čaj	ochucená lučina, rajče,pečivo
4.10.NE	žervé,máslo,chléb,káva 2v1	plátkový sýr,tavený sýr,máslo,pečivo
5.10.PO	plněný croissant ,termix,káva 2v1	ochuc.lučina,máslo, paprika, pečivo
6.10.ÚT	pažitková pom., rajče, pečivo,čaj	drůbeží šunka, máslo,pečivo
7.10.ST	tavený sýr,máslo,pečivo, čaj	uz. plátkový+tavený sýr,máslo,pečivo
8.10.ČT	vepř.šunka,máslo,ovoce,pečivo,čaj	žervé, lučina, máslo, pečivo
9.10.PÁ	plátkový sýr,máslo,pečivo,káva 2v1	poma. a lá krab,ovoc.smoothie,pečivo
10.10.SO	pomazánkové máslo,šunka,pečivo,čaj	cottage, rajče, pečivo
11.10.NE	bílý jog.,med,máslo,pečivo,banán,čaj	kuřecí šunka, máslo, pečivo
12.10.PO	2xlučina,máslo,pečivo,rajče,čaj	budapešťská pom., přesnídávka,pečivo
13.10.ÚT	ochucený tvaroh,pečivo,káva 2v1	ochucený tavený sýr,máslo,pečivo
14.10.ST	rybí pomazánka,rajče,pečivo,čaj	vepřová šunka, máslo, pečivo
15.10.ČT	žervé,pečivo,máslo,káva 2v1	salámová pomazánka,pečivo
16.10.PÁ	palačinky s tvarohem,mléko	vejce 2ks,plátk.sýr,máslo, rajče,pečivo
17.10.SO	vepřová.šunka,pl.sýr,máslo,pečivo,čaj	cottage, paprika, pečivo
18.10.NE	ochuc. rýžová kaše, banán, káva 2v1	ochuc.pomazánkové máslo,pečivo
19.10.PO	kuřecí šunka,máslo,pečivo,káva 2v1	vajíčková pomazánka,rajče, pečivo
20.10.ÚT	bílý jogurt ,med,pečivo,jablko,čaj	pomazánka z tofu,ovoc.smoothie,pečivo
21.10.ST	ochucený tvaroh,chléb,paprika,káva 2v1	plátkový sýr,kuřecí šunka,máslo,pečivo
22.10.ČT	ochucená ovesná kaše,banán, čaj	cottage,ovoc.smoothie,pečivo
23.10.PÁ	tuňáková pomazánka, pečivo, čaj	ochucená lučina, paprika,pečivo
24.10.SO	lívance,ochuc.jogurt,káva 2v1	vepřová šunka, máslo, pečivo
25.10.NE	lučina,tavený sýr,máslo,pečivo,čaj	ochuc.žervé,máslo,přesnídávka, pečivo
26.10.PO	med,džem,máslo,pečivo,káva 2v1	nivová pomazánka,pečivo,rajče
27.10.ÚT	žervé,pečivo,máslo,přesnídávka,čaj	plátkový+tavený sýr, máslo, pečivo
28.10.ST	pažitková pomazánka,rajče,pečivo	cottage, rajče, pečivo
29.10.ČT	drůbeží šunka,máslo,ovoce,pečivo,čaj	2xlučina, máslo, pečivo
30.10.PÁ	vař.vejce,pl.sýr,máslo,pečivo,mléko	vepřová šunka,tav.sýr,máslo,pečivo
31.10.SO	tavený sýr,máslo,pečivo,čaj	pomazánkové máslo,pečivo,káva 2v1