

# Jedálňiček LOW CARB HF

07. 10. 2024 – 11. 10. 2024



**FITeat**<sup>®</sup>  
KRABÍČKOVÁ DIETA

Zobrazíť všetky jedálňičky podľa varianty

Pondelok	07. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	Zapečené vejcia se syrom a čerstvou zeleninou	3.7	
Desiata			
Obed	Kari kuracie kúsky s kašou z kořenovej zeleniny a domáca majonéza	3.7	OHREV
Olovrant			
Večera	Restované morčacie prsia so zeleninovým šalátom so semiačkami a tzatziki dresingom	7	
Utorok	08. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	Žervé - redkvičkový šalát s kariolové palacinky	3.7	
Desiata			
Obed	Grilované bravčové mäso s restovanými fazulkami, anglickou a kyslá kapusta	0	OHREV
Olovrant			
Večera	Morská štika na citróne so zelným sezamovým šalátom	4.11	
Streda	09. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	Proteinový orieškový krém so semiačkami a ovocím	5.7	
Desiata			
Obed	Dusená zelenina na masle s kuracím i nudličkami a čedarem	7	OHREV
Olovrant			
Večera	Marinovaná panenka s farebným korením a himalájskou solí, zeleninovou quinoou	0	OHREV
Štvrtok	10. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	Miešané vajčka s restovanou anglickou slaninou a čerstvou zeleninou	3	
Desiata			
Obed	Znojemský hovädzí guláš s kariolovou rýžou	0	OHREV
Olovrant			
Večera	Rukolový šalát s kuracím steakom, pečenými batáty a kešu orechy	8d	
Piatok	11. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	Obložená miska se zeleninou	3.7	
Desiata			
Obed	Grilovaný mletý steak s celerovými hranolky	7,8b,9	OHREV
Olovrant			
Večera	Šalát s čerstvou zeleninou, kuracím steakem a americkým dresingom	3.7	