

Jidelniček Vitalbox 6.5. - 12.5. 2019		
<b>Pondělí</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Pohankové palačinky</b> složení: vejce (bílek) pohanková mouka, banán, kypřicí prášek do pečiva (E339, E500, kukuřičný škrob), kokosový olej, čokoláda (cukr, kakaová hmota, kakaové máslo, E322, přírodní vanilkové aroma), kokos
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 8	Typ jídla: studené / teplé	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Jahodový flapjack</b> složení: ovesné vločky, keřkové mléko (mléko, keřkové kultury, bakterie mléčného kvašení), tofu natural (voda, sojové boby, přírodní srážedlo), vejce (bílek, žloutek), banán, skořice, med, jahody
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6, 7	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Divoké hovězí nudličky s dušenou rýží</b> složení: hovězí libové maso, cibule, mrkev, celer, směs koření (bobkový list, nové koření), sůl, pepř, olivový olej (olivý), rýže
<b>Alergeny:</b> 9	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Pomazánka z červené řepy</b> složení: lučina (mléko, smetana, sůl, mléčné kultury), nízkotučný tvaroh (mléko, mlékařské kultury), červená řepa (červená řepa, voda, ocet, cukr, sůl, koření výtažek), křen, sůl, pepř, knackebrot (celozrná žitná mouka, sůl)
<b>Alergeny:</b> 1, 7	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Quesadilla ve středomořském stylu</b> složení: krůtí prsní maso, cuketa, cibule, paprika červená, česnek, směs bylinek (petržel, bazalka), mozzarella light (mléko, živé mléčné kultury, přírodní syřidlo, sůl, voda), směs italských koření bylinek, celozrná tortilla (celozrná pšeničná mouka, voda, E422, E466, řepkový olej, E460, E500, E471, E296, E282, pšeničná mouka se sladem, jedlá sůl), rostlinný tuk, sůl, voda
<b>Alergeny:</b> 1, 7	Typ jídla: studené / teplé	
<b>Úterý</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Omeleta se šunkou a žampiony, knackebrot, zelenina</b> složení: vejce (bílek, žloutek), vepřová šunka (vepřový kyta, voda, sůl, dextrosa, E451, E250, E407, E300), žampiony, zelenina (mrkev, červená řepa, kedlubna, ředkev), knackebrot (celozrná žitná mouka, sůl), olivový olej (olivý)
<b>Alergeny:</b> 1, 3	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Ovesno - pohankové košíčky</b> složení: nízkotučný bílý jogurt (mléko, sušené odstředěné mléko, jogurtová kultura), odstředěný tvaroh (mléko, mlékařské kultury), pohankový pšicek, ovesné vločky, mandle, dále, lněné semínko, voda, kakao, kokosový olej, vejce (bílek, žloutek), vanilkový pudink (škrob (kukuřičný škrob, aroma, barvivo (riboflavin, karoten))), sůl
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6, 7	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Žluté kuřecí kari s kokosovým mlékem a rýžovými nudlemi</b> složení: kuřecí prsní maso, vejce (bílek, žloutek), škrob, sladká paprika, kurkuma, mletý zázvor, koriandr, rostlinný olej, kokosové mléko, cibule, pórek, mrkev, limetková šťáva, chilli papričky, rýžové nudle (rýžová mouka)
<b>Alergeny:</b> 3, 8	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Cottage s domácí mexickou salsou a knackebrotem</b> složení: cottage (tvaroh (mléko, mlékařské kultury), smetana (smetana, modifikovaný škrob, smetanová kultura), sůl, mléčná bílkovina), rajčata, česnek, koriandr, chilli, kumin, jalapeño papričky, citrónová šťáva, sůl, knackebrot (celozrná žitná mouka, sůl)
<b>Alergeny:</b> 1, 7	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Treska s rajčaty na fečků způsob se štouchanými brambory a cibulkou</b> složení: rybí fileť z tresky, cibule, česnek, rajčata, šťáva z citrónu, pepř, sůl, paprika červená, skořice, rozmarýn, petrželka, pažitka, brambory, rostlinná smetana (voda, slunečnicový olej, loupané sojové boby, cukr, emulgátor, stabilizátory, mořská sůl, aroma), jarní cibulka
<b>Alergeny:</b> 4, 6	Typ jídla: teplé	
<b>Středa</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Jogurt s ovesnými vločkami, rozinkami, kokosem a sezónním ovocem</b> složení: nízkotučný bílý jogurt (mléko, sušené odstředěné mléko, jogurtová kultura), ovesné vločky, rozinky, ovoce (hruška), kokos
<b>Alergeny:</b> 1, 7, 8	Typ jídla: studené	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Medové sušenky</b> složení: vejce (bílek), ovesné vločky, kokosový olej, kokos, med, E500, voda
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 8	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Hovězí roláda se sušenými švestkami s pohankou</b> složení: hovězí mleté zadní maso, švestky, slanina (vepřový bok, voda, sůl, E250, cukr, E450, E451, E301, E150d), olivový olej (olivý), mořská sůl, černý pepř, hráška (trácha, směs obilovin (kukuřice, rýže, jáhly), sůl, směs koření), pohanka
<b>Alergeny:</b> -	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Celozrný sendvič s volským okem a zeleninou</b> složení: vejce (bílek, žloutek), zelenina (mrkev, červená řepa, ředkev, kedlubna), žitný chléb (žitný kvas (pitná voda, celozrná žitná mouka, celozrný žitný šrot), voda, celozrný žitný šrot, žitné vločky, jedlá sůl, karamelový sirup, droždí, pšeničná mouka, celozrná žitná mouka)
<b>Alergeny:</b> 1, 3	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Brokolicev polévka se šmakounem</b> složení: Šmakoun (vaječný bílek, jícrcelová vláknina, voda, přírodní aroma, sůl), brokolice, cibule, česnek, zeleninový vývar (v různém poměru zelenina (mrkev, celer, petržel, cibule) a koření), rostlinná smetana (voda, slunečnicový olej, loupané sojové boby, cukr, emulgátor, stabilizátory, mořská sůl, aroma), rostlinný olej, sůl, pepř
<b>Alergeny:</b> 3, 6, 9	Typ jídla: teplé	
<b>Čtvrtek</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Kokosové cottage lívance s oříchů</b> složení: cottage (tvaroh (mléko, mlékařské kultury), smetana (smetana, modifikovaný škrob, smetanová kultura), sůl, mléčná bílkovina), vejce (bílek, žloutek), kokosová mouka, kokos, vlašské ořechy, voda, kypřicí prášek do pečiva (E339, E500, kukuřičný škrob), huxol (cyklamit sodný, hydrogenuhličitan sodný, sacharin sodný, citrát sodný, laktóza)
<b>Alergeny:</b> 3, 7, 8	Typ jídla: studené / teplé	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Banánový proteinový koláček</b> složení: tvaroh (mléko, mlékařské kultury), vejce (bílek, žloutek), proteinový prášek (syrovátkový proteinový koncentrát (obsahuje slunečnicový lecitin a protispěškovou látku fosforečnan vápenatý), syrovátkový proteinový izolát (obsahuje sojový lecitin), bezpečková pšeničná vláknina, stabilizátory akáčová a xanthanová guma, aroma, protispěšková látka oxid křemičitý, chlorid sodný, sladidla sukralóza a steviol-glykosidy, barvivo beta-karoten), banán, ovesné vločky, kypřicí prášek do pečiva (E339, E500, kukuřičný škrob), sůl, skořice, citrónová šťáva, kokos
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6, 7	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Kuřecí prsa plněná brusinkami a bazalkovým pestem, bulgur</b> složení: kuřecí prsní maso, brusinky sušené, bazalkové pesto (bazalka, arašíd, olivový olej (olivý), česnek), máslo (pasterizovaná smetana), šalotka, olivový olej (olivý), bulgur (hrubé mletá pšenice)
<b>Alergeny:</b> 1, 5, 7	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Šunka s vlašskými ořechy a zeleninou (knackebrot)</b> složení: kuřecí šunka (kuřecí prsní maso, voda, jedlá sůl, konzervant, bramborový škrob, antioxidanty, aroma), vlašské ořechy, zelenina (červená řepa, ředkev, mrkev, kedlubna, paprikový celer), knackebrot (celozrná žitná mouka, sůl)
<b>Alergeny:</b> 1, 8, 9	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Tmavá treska s bylinkovou kaší</b> složení: fileť tresky trnavé, máslo (pasterizovaná smetana), hladká mouka (pšeničná mouka), pepř, sůl, brambory, rostlinná smetana (voda, slunečnicový olej, loupané sojové boby, cukr, emulgátor, stabilizátory, mořská sůl, aroma), petrželka, lileček
<b>Alergeny:</b> 1, 4, 6, 7	Typ jídla: teplé	
<b>Pátek</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Skyr s domácím máslem a ovocem</b> složení: skyr (odstředěné mléko, mlékařská kultura), máslo (ovesné vločky, směs ořechů, med), směs lesního ovoce (maliny zahradní, rybíz červený, ostružiny zahradní, borůvky lesní) Může obsahovat stopové množství arašídů
<b>Alergeny:</b> 1, 5, 7, 8	Typ jídla: studené	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Kokosové muffiny z kukuřičné mouky</b> složení: kukuřičná mouka, ovesné vločky, mléko nízkotučné, voda, kokos, med, kypřicí prášek do pečiva (E339, E500, kukuřičný škrob), čokoláda (cukr, kakaová hmota, kakaové máslo, E322, přírodní vanilkové aroma)
<b>Alergeny:</b> 1, 6, 7, 8	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Vegetariánské kuličky v tomatové omáčce s trojbarevnou rýží</b> složení: uzené tofu (soja, voda, sojová omáčka (voda, soja, pšenice, sůl)), mrkev, rajčata, vejce (bílek, žloutek), ovesné vločky, pórek, rýže, olivový olej (olivý), chilli, sůl, pepř
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Mozzarella light s rýžovými chlebičky a pestem</b> složení: mozzarella light (nízkotučné mléko, živé mléčné kultury, přírodní syřidlo, sůl, voda), rajčata, bazalkové pesto (bazalka, arašíd, olivový olej (olivý), česnek), rýžové chlebičky (rýže, amarant, mořská sůl)
<b>Alergeny:</b> 5, 7	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Kuřecí roláda se slaninou a hořčicovým dipem, mačkanými bramborami a zeleninou</b> složení: kuřecí prsní maso, máslo (pasterizovaná smetana), sůl, pepř, slanina (vepřový bok, voda, sůl, E250, cukr, E450, E451, E301, E150d), hořčicový dip (bílý jogurt (mléko, sušené odstředěné mléko, jogurtová kultura), hořčice (voda, hořčičné semínko, kvasný ocet, sůl, kurkuma, výtažek koření), česnek, med, sůl, pepř), brambory, zelenina (brokolice, květák, kukuřice, mrkev, fazolové lusky)
<b>Alergeny:</b> 7, 10	Typ jídla: teplé	
<b>Šobota</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Omeleta se zapečenými ovesnými vločkami, hořčicí, zeleninou a rýžovým chlebičkem</b> složení: vejce (bílek, žloutek), ovesné vločky, hořčice (voda, hořčičné semínko, kvasný ocet, sůl, kurkuma, výtažek koření), zelenina (mrkev, červená řepa, ředkev, kedlubna), rýžové chlebičky (rýže, amarant, mořská sůl)
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 10	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Ovesno-kávový koláč</b> složení: ovesné vločky, vejce (bílek, žloutek), mléko nízkotučné, med, mletá pražená káva, kypřicí prášek do pečiva (E339, E500, kukuřičný škrob), skořice
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 7	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Trhaná kuřecí stehna s mrkví, hráškem a rýží</b> složení: kuřecí stehenní maso bez kůže, mrkev, hrášek, voda, cibule, rostlinný olej, sůl, černý pepř, oregano, basmati rýže
<b>Alergeny:</b> -	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Mungo klíčky s bylinkovým tvarohem a dýňovými semínky, žitný chléb</b> složení: tvaroh (mléko, mlékařské kultury), směs bylinek, mungo klíčky, dýňová semínka, žitný chléb (žitný kvas (pitná voda, celozrná žitná mouka, celozrný žitný šrot), voda, celozrný žitný šrot, žitné vločky, jedlá sůl, karamelový sirup, droždí, pšeničná mouka, celozrná žitná mouka)
<b>Alergeny:</b> 1, 7	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Dřívější steak s pečeným bramborem a grilovanou zeleninou</b> složení: kuřecí prsní maso, směs koření, sůl, pepř, brambory, zelenina (lilek, paprika červená, paprika žlutá, paprika oranžová, paprika zelená, cuketa, červená cibule, mrkev)
<b>Alergeny:</b> -	Typ jídla: teplé	
<b>Neděle</b>		
<b>snídaně</b>	7 - 9 hod	<b>Tvaroh s vločkami, ořechy, skořicí a jablečným pyré</b> složení: tvaroh (mléko, mlékařské kultury), směs bylinek, mungo klíčky, dýňová semínka, sůl, pepř, skořice Může obsahovat stopové množství arašídů
<b>Alergeny:</b> 1, 5, 7, 8	Typ jídla: studené	
<b>svačina</b>	10 hod	<b>Banánovo - čokoládový koláček</b> složení: ovesné vločky, proteinový prášek (syrovátkový proteinový koncentrát (obsahuje slunečnicový lecitin a protispěškovou látku fosforečnan vápenatý), syrovátkový proteinový izolát (obsahuje sojový lecitin), bezpečková pšeničná vláknina, stabilizátory akáčová a xanthanová guma, aroma, protispěšková látka oxid křemičitý, chlorid sodný, sladidla sukralóza a steviol-glykosidy, barvivo beta-karoten), banán, kakao, vejce (bílek), voda
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6	Typ jídla: studené	
<b>oběd</b>	12 - 14 hod	<b>Celozrné těstoviny s kuřecím plátkem s pečenými žampiony</b> složení: kuřecí prsní maso, žampiony, olivový olej, petrželka, zeleninový vývar (v různém poměru zelenina (mrkev, celer, petržel, cibule) a koření), česnek, pepř, sůl, parmazán (mléko, sůl, mléčné kultury, syřidlo, lysocyzin), rostlinná smetana (voda, slunečnicový olej, loupané sojové boby, cukr, emulgátor, stabilizátory, mořská sůl, aroma), celozrné špagety (mouka celozrná pšeničná, mouka celozrná žitná, žloutek, voda)
<b>Alergeny:</b> 1, 3, 6, 7	Typ jídla: teplé	
<b>svačina</b>	16 hod	<b>Cottage s pažitkou a semínky</b> složení: cottage (tvaroh (mléko, mlékařské kultury), směs bylinek, mungo klíčky, dýňová semínka, sůl, pepř
<b>Alergeny:</b> 7	Typ jídla: studené	
<b>večeře</b>	18 - 20 hod	<b>Zapečené tofu s brokolici a paprikou</b> složení: tofu natural (voda, sojové boby, přírodní srážedlo), brokolice, paprika červená, rozmarýn, citrónová šťáva, olivový olej (olivý), sůl, brambory
<b>Alergeny:</b> 6	Typ jídla: teplé	