



5. 2. - 9. 2. 2018

Pondělí

<u>Polévka:</u>	Kapustová	.6. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Thajské zelené curry, jasmínová rýže	.1.8.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Špagety s boloňskou omáčkou	.1.6.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Jáhlová kaše, tempeh se slunečnicí, restovaná zelenina	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Špenátová Uzené tofu Zeleninová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Pařížský	.1.6. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Těstovinový s brokolicí	„*“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Chlebíček	.1.8.	15 Kč
<u>Dezert II:</u>	Litý koláč s jablky	.1.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Švestkový jahelník s karobovou polevou	.11.„bezlep“	20 Kč

Úterý

<u>Polévka:</u>	Česnečka s bramborem	.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Řepové karbanátky, bulgurový salát	.1.6. „č“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Čočka na kyselo s veg. uzeninou, kvasový chléb	.1.6.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Celozrnná rýže, adzuki, mrkvový kondiment	„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Sýrová Rajčatová Žampionová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Vlašský	.1.6.9.10. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Pomazánka z červené řepy s křenem	„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Šopský	.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Dezert I:</u>	Crumble	.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Perník	.1.	25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Oranžové řezy	„bezlep“	25 Kč

Středa

<u>Polévka:</u>	Hrstková	.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Maďarské kapustičky s klasem, kuskus	.1.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Bramborová musaka s čočkou	„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Svičková omáčka, marinované tofu, oves s rýží	.1.6.9.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Tuňáková Valašská bez sýra Brokolicová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Celerový	.6.9. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Rajčatový se šmakounem	.3.7.„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zelný	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Makový závin s jablky	.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Moravské koláče s tvarohem	.1.7.	25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Ořechový hřbet s karobovou polevou	.8.11.„bezlep“	25 Kč



Čtvrtek

<u>Polévka:</u>	VS Zeleninová VS	„bezlep“ 20 (25) Kč
Jídlo I:	Lasagne	.1.6. 80 Kč
Jídlo II:	Cizrnové ragú, jasmínová rýže	„bezlep“ 80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	VS Pomalý hrnec, zelenina	.1. 80 Kč
<u>Pizza:</u>	S veg. uzeninou Špenátová Žampionová	1/4 30 Kč
Salát I:	Kukuřičný	.1.6.7. „*“ „č“ 16 Kč
Salát II:	Mrkvový s jablíčkem	„*“ „bezlep“ 13 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“ 13 Kč
Dezert I:	Špaldový koláč s tvarohem a ovocem v agaru	.1.7. 30 Kč
Dezert II:	Čokoládové muffiny	.1. 20 Kč
Dezert VS:	VS Kokosová tapioka s ovocem	.8. „bezlep“ 30 Kč

Pátek

<u>Polévka:</u>	Z pečené dýně a kokosového mléka NOVINKA	.8. „bezlep“ 20 (25) Kč
Jídlo I:	Květák na kari s tempehem, zeleninová rýže	.6. „bezlep“ 80 Kč
Jídlo II:	Maďarský guláš, kvasový chléb/ bezlepkový chléb	„bezlep“ 80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	VS Vrstvený rýžovo-ječný nákyp s čočkou a zelím	.1. 80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová Sýrová Valašská bez sýra	1/4 30 Kč
Salát I:	Strážnický	.6.7. „*“ „č“ „bezlep“ 16 Kč
Salát II:	Tofu pomazánka	.6. „*“ „bezlep“ 24 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“ 13 Kč
Dezert I:	Mrkvové šátečky	.1. 15 Kč
Dezert II:	Řepák	.1.(.7.) 25 Kč
Dezert VS:	VS Jáhlový řez s pudinkem	.8. „bezlep“ 25 Kč

Změna jídelníčku vyhrazena

* – cena polévky bez hlavního jídla je 25 Kč

„*“ – cena salátu uvedena za 100 g (možno objednávat i větší množství)

„bezlep“ – označení přirozeně bezlepkového jídla

„č“ – salát obsahuje majonézu z červené čočky

VS – Pečeť kvality - Vyvážená Strava

<u>Alergeny:</u>	.1. obiloviny obsahující lepek	.8. skořápkové plody
	.2. koryši	.9. celer
	.3. vejce	.10. hořčice
	.4. ryby	.11. sezamová semena (sezam)
	.5. podzemnice olejná (arašídy)	.12. oxid siřičitý a siřičitany
	.6. sojové boby (sója)	.13. vlnič bob (lupina)
	.7. mléko	.14. měkkýši

STRAVA JE URČENA K OKAMŽITÉ SPOTŘEBĚ

ZDRAVÁ VÝŽIVA • JÍDELNA • PRODEJNA • PORADENSTVÍ



www.oaza-zdravi.cz info@oaza-zdravi.cz objednávky jídla a zboží - tel. 777 432 332
prodejny: Litomyšl, Havlíčkova 441 - tel. 732 741 220 Svitavy, Vojanova 11 - tel. 777 430 420
Česká Třebová, Staré náměstí 34 - tel. 737 601 261

ZDRAVÁ VÝŽIVA • JÍDELNA • PRODEJNA • PORADENSTVÍ



www.oaza-zdravi.cz info@oaza-zdravi.cz objednávky jídla a zboží - tel. 777 432 332
prodejny: Litomyšl, Havlíčkova 441 - tel. 732 741 220 Svitavy, Vojanova 11 - tel. 777 430 420
Česká Třebová, Staré náměstí 34 - tel. 737 601 261