



12. 2. - 16. 2. 2018

Pondělí

<u>Polévka:</u>	Brokolicová			„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Perkelt z klasa, kuskus			.1.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Fazolky na smetaně, uzené tofu, jasmínová rýže			.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Bulgurové rizoto s cizrnou			.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Špenátová	Uzené tofu	Zeleninová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Dobrušský			.1.6. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Cizrnový po Valašsku			.6. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový			„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Litý koláč s tvarohem a ovocem			.1.7.	20 Kč
<u>Dezert II:</u>	Jablečná bábovka			.1.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Kuskusovník			.1.	20 Kč

Úterý

<u>Polévka:</u>	Zeleninová VS			„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Květákové placičky, šťouchané brambory s jáhly, salát			.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Džuveč, kvasový chléb			.1.6.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Zeleninová omáčka, polentová kostka, fazole navy			„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Sýrová	Rajčatová	Žampionová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Hanácký			„*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Hradecká pomazánka			.1.6.7. „*“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový			„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Jablečný závin			.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Makovec			.1.11.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Tofu "cheesecake"			.6. „bezlep“	25 Kč

Středa

<u>Polévka:</u>	Vegetariánská gulášová			.6.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Pohanková nádivka se špenátem a uzeným tofu			.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Seitan v hořčičné omáčce, bulgur			.1.6.10.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Pomalý hrnec, blanšírovaná zelenina			.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Tuňáková	Valašská bez sýra	Brokolicová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Vitamínový			.10. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Z čínského zelí s jablíčkem			.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Šopský			.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Dezert I:</u>	Datlový dort			.1.7.	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Ovocný koláč s drobenkou			.1.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Ořechový krém s jablky			.8. „bezlep“	25 Kč



Čtvrtek

<u>Polévka:</u>	Dršťková z hlívy ústřičné	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Rajská omáčka, "masové" koule, semolinové těstoviny	.1.6.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Šmakoun na kapustě, jasmínová rýže	.3.7."	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Restovaná rýže, dip z uzeného tofu, pečená zelenina	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	S veg. uzeninou Špenátová Žampionová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Fazolový se sýrem	.7. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Rýžový se zeleninou	„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zelný	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Kakaový koláč s borůvkovým krémem	.1.7.	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Musli koláč	.1.8.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Makové řezy	.8. „bezlep“	25 Kč

Pátek

<u>Polévka:</u>	Cizrnová	.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Kari rizoto se tempehem	.6.„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Mexický guláš, kvasový chléb/ bezlepkový chléb	„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Zapečené těstoviny se zálivkou z červené čočky	.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová Sýrová Valašská bez sýra	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Salát z bulguru	.1.10. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Řecká pomazánka s olivami	„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Tříbarevný koláč	.1.7.	20 Kč
<u>Dezert II:</u>	Tvarohový krém s malinami	.7. „bezlep“	25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Pudinkový řez se švestkami	.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. vlní 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