



21. 5. - 25. 5. 2018

Pondělí

<u>Polévka:</u>	Pórková	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Kari rizoto s tempehem	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Seitan v dušené mrkvi, semolinové těstoviny	.1.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Celozrná rýže, dip z červené čočky, restovaná zelenina	„bezlep“	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>	Rajčatový se šmakounem	.3.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Karobový koláč se semínky	.1.6.11.	20 Kč
<u>Dezert II:</u>	Litý koláč s tvarohem a ovocem	.1.7.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Švestkový jahelník s karobovou polevou	.11. „bezlep“	20 Kč

Úterý

<u>Polévka:</u>	Hráškový krém	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Brokolicová omáčka s tofu, rýžové placičky	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Zeleninové minestrone, kvasový chléb	.1.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Polentová kostka, sladový tempeh, zelí	.6. „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>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Crumble	.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Makovec	.1.11.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Rýžovo-jahelný koláč s jablky	„bezlep“	20 Kč

Středa

<u>Polévka:</u>	Česnečka s bramborem	.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Špaldový knedlík, pečený seitan, špenát	.1.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Jasmínové rizoto se zeleninou	„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Omáčka a la "rajská", rýžové těstoviny, fazole navy	„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Tuňáková Valašská bez sýra Brokolicová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Salát z bulguru	.1.10. „*“ „č“	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>	Jablečný závin	.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Musli koláč	.1.8.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Jáhlový řez s pudinkem	.8. „bezlep“	25 Kč



Čtvrtek

Polévka:	Zeleninová VS	„bezlep“	20 (25) Kč
Jídlo I:	Chana masala - indická cizrna NOVINKA	„bezlep“	80 Kč
Jídlo II:	Klaso na brokolici, kuskus	.1.	80 Kč
Jídlo VS:	Fazolové karbanátky z ječných krupek, zeleninový dip	.1.	80 Kč
Pizza:	S veg. uzeninou Špenátová Žampionová	1/4	30 Kč
Salát I:	Těstovinový s tuňákem	.1. 4. „*“ „č“	16 Kč
Salát II:	Ovocný salát s jogurtem	.7. „*“ „bezlep“	15 Kč
Salát III:	Zelný	„*“ „bezlep“	13 Kč
Dezert I:	Linecký koláč s jablky	.1.	20 Kč
Dezert II:	Chlebíček	.1.8.	15 Kč
Dezert VS:	Kokosová tapioka s karobem	.8. „bezlep“	30 Kč

Pátek

Polévka:	Kapustnica s uzeným tofu	.6. „bezlep“	20 (25) Kč
Jídlo I:	Maďarský guláš, kvasový chléb/ bezlepkový chléb	„bezlep“	80 Kč
Jídlo VS:	Pomalý hrnec, blanširovaná zelenina	.1.	80 Kč
Pizza:	Rajčatová Sýrová Valašská bez sýra	1/4	30 Kč
Salát I:	Strážnický	.6.7. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
Salát II:	Indická pomazánka	„*“ „bezlep“	16 Kč
Salát III:	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
Dezert I:	Staročeský koláč	.1.7.	20 Kč
Dezert II:	Perník	.1.	25 Kč
Dezert VS:	Tofu "cheesecake"	.6. „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

– 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 (arašídý)	.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