



10. 9. - 14. 9. 2018

Pondělí

<u>Polévka:</u>	Květáková	.6. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Chilli "con carne", bulgur	☀ .1.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Amarantové rizoto se zeleninou a mandlemi	.8. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Pohankový prejt, zelí, jahelná kostka	„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Špenátová Uzené tofu Zeleninová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Kukuřičný	.1.6.7. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Kuskusový s burskými ořechy	.1.5. „*“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Dýňový chlebíček	.1.	15 Kč
<u>Dezert II:</u>	Ovocný koláč s drobenkou	.1.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Švestkový jahelník s karobovou polevou	.11. „bezlep“	20 Kč

Úterý

<u>Polévka:</u>	Z pečené dýně a kokosového mléka	.8.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Houbová paella	„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Zeleninové minestrone, kvasový chléb	.1.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Cuketa plněná adzuki s mrkví, jasmínová rýže	„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Sýrová Rajčatová Žampionová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Těstovinový s tuňákem	.1. 4. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Tofu pomazánka	.6. „*“ „bezlep“	24 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Datlový dort	.1.7.	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Musli koláč	.1.8.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Kokosová tapioka s ovocem	.8. „bezlep“	30 Kč

Středa

<u>Polévka:</u>	Čočková	.9. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Svíčková omáčka, špaldový knedlík, pečený seitan	.1.9.10.	80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Šmakoun s rajčaty a fazolkami, jasmínová rýže	.3.7. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Pomalý hrnec, řepový kondiment	.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Tuňáková Valašská bez sýra Brokolicová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Vlašský	.1.6.9.10. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Cizrnový po Valašsku	.6. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Šopský	.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Dezert I:</u>	Moravské koláče s tvarohem	.1.7.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Jablečná bábovka	.1.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Ovocný koláč s polentovým krémem a agarem	.11. „bezlep“	25 Kč



Čtvrtek

<u>Polévka:</u>	vs Zeleninová VS	„bezlep“ 20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Špenátové lasagne	.1. 80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Lepenice s uzeným tofu, mrkvové nudličky	.6. „bezlep“ 80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Houbová omáčka, celozrnná rýže, tempeh	.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>	Z čínského zelí s jablíčkem	.7. „*“ „bezlep“ 16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zelný	„*“ „bezlep“ 13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Špaldový koláč s tvarohem a ovocem v agaru	.1.7. 30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Óřechové muffiny s brusinkami	.1.8. 25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs Rýžovo-jahelný koláč s jablky	„bezlep“ 20 Kč

Pátek

<u>Polévka:</u>	Mrkvový krém	.9. „bezlep“ 20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Channa masala - indická cizrna	☼ „bezlep“ 80 Kč
<u>Jídlo II:</u>	Hrachová kaše, veget. uzenina, kvasový chléb	.1.6. 80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	vs Polentový nákyp se zeleninou	.6. „bezlep“ 80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová Sýrová Valašská bez sýra	1/4 30 Kč
<u>Salát I:</u>	Dobrušský	.1.6. „*“ „č“ 16 Kč
<u>Salát II:</u>	Zeleninová pomazánka NOVINKA	.9.10. „*“ „bezlep“ 20 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“ 13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Mrkvové šátečky	.1. 15 Kč
<u>Dezert II:</u>	Řepák	.1.(.7.) 25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	vs 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

☼ – Lehce pálivé jídlo

<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

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