



17. - 21. 6. 2019

Pondělí

<u>Polévka:</u>	Kapustová	.6. „bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Dhal se žluté čočky, basmati rýže	„bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Pohankový prejt, zelí, polentová kostka	„bezlep“	80 Kč
<u>Letní talíř</u>	Salát: bulgurový-tofu-zelenina, pažitkový dresing	.1.6.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová s bazalk. pestem Uzené tofu Špenátová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Vitamínový	.10.,*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Těstovinový s balkánským sýrem a olivami	.1. 7.,*“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Mrkvová bábovka	.1.	15 Kč
<u>Dezert II:</u>	Litý koláč s jablky	.1.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Kuskusovník	.1.	20 Kč

Úterý

<u>Polévka:</u>	Indická polévka z červené čočky	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Zeleninové minestrone, kvasový chléb	.1.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Celozrná rýže, dip z uz. tofu, restovaná zelenina	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Letní talíř</u>	Salát: kuskusový-hrachový-zelenina, smetanový dresing	.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová s bazalk. pestem Sýrová Žampionová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Fazolový se sýrem	.7. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Slunečnicová pomazánka se sušenými rajčaty	„*“ „bezlep“	20 Kč
<u>Salát III:</u>	Šopský	.7. „*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Dezert I:</u>	Makový dort s mascarpone	.7. „bezlep“	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Chlebíček	.1.8.	15 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Ovocný koláč s polentovým krémem a agarem	.11. „bezlep“	25 Kč

Středa

<u>Polévka:</u>	Boršč	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Kapustové karbanátky, mrkvovo bramborová kaše, zelný salát	.1.6.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	Zeleninové rizoto s cizrnou	„bezlep“	80 Kč
<u>Letní talíř</u>	Salát: těstovinový-fazolový-zelenina,rajč.-bazalkový dresing	.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová s bazalk. pestem Valašská bez sýra Tuňáková	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Celerový	.6.9. „*“ „č“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Ovocný salát	„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Lehký zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Jablečný závin	.1.	25 Kč
<u>Dezert II:</u>	Tvarohový krém s malinami	.7. „bezlep“	25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	Burizonová mozaika	.1.	20 Kč



Čtvrtek

<u>Polévka:</u>	VS Zeleninová VS	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Pohanková nádivka se špenátem a uzeným tofu	.6. „bezlep“	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	VS Pomalý hrnec, řepový kondiment	.1.	80 Kč
<u>Letní talíř</u>	Salát: bulgurový-adzuki-zelenina, indický dresing	.1.	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová s bazalk. pestem S veg. uzeninou Zeleninová	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Těstovinový salát s pečeným seitanem	.1.10. „*“ „č“	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>	Špaldový koláč s tvarohem a ovocem v agaru	.1.7.	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Ořechové muffiny s brusinkami	.1.8.	25 Kč
<u>Dezert VS:</u>	VS Kokosová tapioka s karobem	.8. „bezlep“	30 Kč

Pátek

<u>Polévka:</u>	Bramboračka	„bezlep“	20 (25) Kč
<u>Jídlo I:</u>	Burritos	.1.	80 Kč
<u>Jídlo VS:</u>	VS Svičková omáčka, marinované tofu, rýžové těstoviny	.6.9. „bezlep“	80 Kč
<u>Letní talíř</u>	Salát: rýžový-cizrnový-zelenina, koprový dresing	„bezlep“	80 Kč
<u>Pizza:</u>	Rajčatová s bazalk. pestem Brokolicová Valašská bez sýra	1/4	30 Kč
<u>Salát I:</u>	Vlašský	.1.6.9.10. „*“ „č“	16 Kč
<u>Salát II:</u>	Pomazánka z červené čočky	„*“ „bezlep“	16 Kč
<u>Salát III:</u>	Zeleninový	„*“ „bezlep“	13 Kč
<u>Dezert I:</u>	Čokoládový dort s tofu krémem	.1.6.	30 Kč
<u>Dezert II:</u>	Tříbarevný koláč	.1.7.	20 Kč
<u>Dezert VS:</u>	VS Makové řezy	.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 – Pečet' 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. vlčí 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