

# Jedálniček LOW CARB HF

21. 10. 2024 – 25. 10. 2024



**FITeat**<sup>®</sup>  
KRABÍČKOVÁ DIETA

Zobrazíť všetky jedálničky podľa varianty

Pondelok	21. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	<b>Domáci proteinový čokoládový pribináček</b>	7,8c	
Desiata			
Obed	<b>Bravčové karé s brokolicovou ryžou a kuskami zeleniny</b>	7	OHREV
Olovrant			
Večera	<b>Zeleninový šalát s filírovaným kuracím mäsom a dipom</b>	7.11	
Utorok	22. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	<b>Varené vajcia s mozzarellou a čerstvou zeleninou</b>	3,7,8d	
Desiata			
Obed	<b>Grilované stehienko s kudrnkou a karfiolová kaša</b>	7	OHREV
Olovrant			
Večera	<b>Hovädzie mäso s cibulovou omáčkou a restovanou zeleninou</b>	7	OHREV
Streda	23. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	<b>Tuniaková pomazánka s domácou lučinou a celerovými plackami</b>	3,4,7,9	
Desiata			
Obed	<b>Cuketové nudle quatro formaggi s,bravčové nudličkami</b>	7	OHREV
Olovrant			
Večera	<b>Kurací stehenný steak oe šalátom Coleslaw, ochuteným ružovou Himalájskou solí</b>	7.9	
Štvrtok	24. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	<b>Miešané vajčička s čerstvou zeleninou a lískovým orieškami</b>	3,8b	
Desiata			
Obed	<b>Oriental Rub morčacie nudličky s arašídovou karfiolovou ryžou</b>	5	OHREV
Olovrant			
Večera	<b>Kurací steak s grilovanou zeleninou a olivami</b>	0	OHREV
Piatok	25. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Raňajky	<b>Proteinový dezert zakysanej smotany s ovocím a dýňové semiačka</b>	7	
Desiata			
Obed	<b>Brokolicová ryža s kuracou roládou plnenou sušenými rajčinami s mandlovým pyrė</b>	7,8a	OHREV
Olovrant			
Večera	<b>Pečené rybie filé na víne s koreňovou zeleninou v sojové omáčke</b>	4,6,7,9	OHREV