

# Jídelníček LOW CARB HF

16. 9. 2024 – 20. 9. 2024



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

Zobrazit všechny jídelníčky dle variant

Pondělí	16. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Obložená miska s kuřecí šunkou, sýrem a vejcem	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Kuřecí kousky na kari s máslovou růžičkovou kapustou	7	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Zeleninový salátek s nakládaným vepřovým plátkem a jogur.-bylinkovým dresikem	7.11	
Úterý	17. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Sázené vejce s mozarelou a čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Jalovcové kuřátko s pickles salátkem	0	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Řecký salát s marinovanými gyros krůtími nudličkami	7	
Středa	18. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Hemenex s čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Masové koule s rajčatovou omáčkou a květákovou rýží	0	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Grilovaný losos s chřestem a pečenými bylinkovými batáty	4	OHŘEV
Čtvrtek	19. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Anglická snídaně s čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Hovězí plátky na balsamicu s dýní Hokaido	5	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Salát z grilované zeleniny s filírovaným kuřecím masem	0	
Pátek	20. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Lučínový krém s klíčky mungo, semínkovými krekry a čerstvou zeleninou	1ab,7	
Svačina 1			
Oběd	Těstoviny se špenátem a mozzarellou	1ab,7	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Salátek Coleslaw se zakysanou smetanou a Dark Roast krůtím masem	7	