

# Jídelníček LOW CARB HF

30. 9. 2024 – 04. 10. 2024



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

Zobrazit všechny jídelníčky dle variant

Pondělí	30. 9. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Proteinový desert s kokosem , semínky, vlašským i ořechy a ovocem	7,8c	
Svačina 1			
Oběd	Pikantní krutí nudličky Double Piri s květákovou rýží	7	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Filírované kuřecí maso na salátku s dresinkem	7	
Úterý	01. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Sázené vejce s mozzarellou a čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Kuřecí stehýnka se zázvorem a růžičkovým i kapustičkami	0	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Marinovaný pikantní krutí steak s grilovanou zeleninou Twenty Herbs	0	
Středa	02. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Hemenex s čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Svíčková omáčka s brusinkami a celerovými hranolky	7,9,10	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Salát s mořskými plody a batáty	4	
Čtvrtek	03. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Míchaná vajíčka s čerstvou zeleninou	3.7	
Svačina 1			
Oběd	Přírodní plátek tajine s restovanou zeleninou a anglickou slaninou	0	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Pečené rybí filé s brokolicovým pyré	4.7	
Pátek	04. 10. 2024	Alergeny	Poznámka
Snídaně	Proteinové lívanečky s restovanou šunkou a čerstvou zeleninou	3	
Svačina 1			
Oběd	Cuketové špagety s dušeným hovězím masem v limetkové omáčce s koprem	7	OHŘEV
Svačina 2			
Večeře	Grilovaný vepřový špíz s restovaným i fazolovými lusky	6.1	OHŘEV