

L-céčko

• CAFÉ MAROMKA •

Fit-jídelniček

29.7 – 2.8. 2024

Otevírací doba:

Pondělí:	10.00 – 17.00 hodin
Úterý:	zavřeno
Středa:	10.00 – 17.00 hodin
Čtvrtek:	12.00 – 18.00 hodin
Pátek:	10.00 – 17.00 hodin
Sobota:	zavřeno
Neděle:	zavřeno

Pondělí:

- ☉ **snídaně – obložený sendvič**
- ☉ **svačina – nektarinkový salát s kokosem a brusinkami**
- ☉ **oběd – zapečená tortilla, salát coleslaw**
- ☉ **svačina – kynutý jablečný závin, oříšky**
- ☉ **večeře – šopský salát, žitný knäckebröt**

Úterý:

- ☉ **snídaně – sardinková pomazánka, žitný chléb**
- ☉ **svačina – banán**
- ☉ **oběd – šunkofleky se zeleninou**
- ☉ **svačina – ovofit tvaroh**
- ☉ **večeře – čočkové ragú**

Středa:

- ☉ **snídaně – proteinový banánový pudink s čokoládou**
- ☉ **svačina – zeleninové hranolky, jogurtový fresh dip**
- ☉ **oběd – holandský karbanátek, bramborová kaše**
- ☉ **svačina – kefirové mléko**
- ☉ **večeře – caesar salát**

Čtvrtek:

- ☉ **snídaně – pažitková pomazánka, žitný knäckebröt**
- ☉ **svačina – jablko**
- ☉ **oběd – krutí na paprice, jasmínová rýže**
- ☉ **svačina – proteinová tyčinka**
- ☉ **večeře – těstoviny s tuňákem, rajčaty a mozzarelou**

Pátek:

- ☉ **snídaně – špaldový švestkový koláč, řecký jogurt**
- ☉ **svačina – zeleninový mix se sýry**
- ☉ **oběd – svíčková na smetaně, špecle**
- ☉ **svačina – žitný chléb se strouhaným sýrem, hroznové víno**
- ☉ **večeře – tilapie s mozzarelou, gratinované brambory**

Email: maromky.mr@email.cz

Tel.: +420 775 045 554

Kardinála Berana 3, Plzeň

www.lcecko.cz