

Týdenní jídelníček pro rodinu

Pondělí

Oběd: Kuřecí směs s rýží

Večere: Těstovinový salát se zeleninou

Úterý

Oběd: Bramborová polévka + chléb

Večere: Zapečené brambory se sýrem

Středa

Oběd: Masové kuličky v rajčatové omáčce + těstoviny

Večere: Zeleninová omeleta

Čtvrtek

Oběd: Rizoto s kuřecím masem a hráškem

Večere: Chléb s tvarohovou pomazánkou

Pátek

Oběd: Rybí karbanátky + bramborová kaše

Večere: Zeleninové wrapy

Sobota

Oběd: Špagety s boloňskou omáčkou

Večere: Domácí zeleninová pizza

Neděle

Oběd: Pečené kuře + brambory + salát

Večere: Vaječná pomazánka + celozrnné pečivo