**American Academy** 04.05-08.05.2026 www.freshandtasty.cz/americanacademy

## Pondělí

| | | | |
|---|---|---|---|
| Soup | VEG | Zeleninový krém | *(mrkev, petržel, **celer**, pórek, brambory, máslo, smetana, koření)* |
| Menu 1 | | Grilovaný krůtí plátek s bramborovou kaší a hráškem | *(krůtí maso, brambory, **mléko, máslo**, olivový olej, hrášek)* |
| Menu 2 | | Hovězí pečeně s koprovou omáčkou a houskovým knedlíkem | *(hovězí maso, **smetana**, kopr, **vejce, mouka, houska**, droždí, **mléko**)* |
| Menu 3 | | Kurkumové tofu se zeleninou a šafránovým bulgurem | *(tofu, **smetana, sójová omáčka**, citronová tráva, zázvor, kurkuma, šafrán, **bulgur**)* |
| MENU DIET* | VEG | Bezlepkové těstoviny se zeleninovým ragú | *(bezelpkové těstoviny, drcená rajčata, papriky, olivový olej, mrkev, zelená, červená a beluga čočka, cizrna, cibule, česnek, petržel, zázvor)* |
| Salát | | Bulgur salát s olivami a balkánským sýrem | *(**bulgur**, kapary, olivy, ledový salát, sušená rajčata, česnek, bazalka, olivový olej, **balkánský sýr**)* |
| Sendvič | VEG | Sýrová bageta se salátem | *(**bageta, čerstvý sýr, máslo, gouda, hermelín, mozzarella**, ledový salát)* |

## Úterý

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Houbový krém | *(**smetana**, houby, cibule, **mouka**, tymián)* |
| Menu 1 | VEG | Vepřová pečeně na slanině s rýží | *(vepřové maso, cibule, slanina, **máslo**, rozmarýn, **mouka**, rýže)* |
| Menu 2 | | Krůtí kostky na bylinkách s restovanou paprikou a šťouchané brambory | *(krůtí maso, máslo, paprika, cibule, česnek, majoránka, bramborový škrob, brambory, kopr)* |
| Menu 3 | VEG | Batátové kari s hráškem a rýží | *(batáty, cibule, hrášek, olivový olej, červené kari, paprika, koření, rajčata, kokosové mléko, cizrna, škrob)* |
| MENU DIET* | | Krůtí kostky na bylinkách s restovanou paprikou a šťouchané brambory | *(krůtí maso, máslo, paprika, cibule, česnek, majoránka, bramborový škrob, brambory, kopr)* |
| Salát | | Těstovinový salát s pečenou zeleninou a jogurtem | *(**těstoviny, jogurt**, cuketa, mrkev, bylinky, cibule, paprika)* |
| Sendvič | VEG | Chefs´Tortilla | *(tortilla, salát, **vejce**, šunka, **sýr, jogurt**, rajčatové pyré, rajčata)* |

## Středa

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Česneková polévka se slaninou a vejci | *(česnek, **celer**, mrkev, petržel, slanina, brambory, vejce, majoránka)* |
| Menu 1 | | Boloňské lasagne | *(**těstoviny**, hovězí maso, loupaná rajčata, cibule, mrkev, česnek, **celer**, bobkový list, rajčatové pyré, **máslo, mouka, parmezán**)* |
| Menu 2 | | Sedegínský guláš s houskovým knedlíkem | *(vepřové maso, zelí, cibule, **mouka, smetana**, kmín, droždí, **vejce, houska, mléko**)* |
| Menu 3 | VEG | Cizrnovo-houbový tagine s rýží | *(drcená rajčata, cizrna, lilek, žampiony, cibule, petržel, skořice, kurkuma, garam masala, česnek, koriandr, mletá paprika, kmín, rýže)* |
| MENU DIET* | VEG | Cizrnovo-houbový tagine s rýží | *(drcená rajčata, cizrna, lilek, žampiony, cibule, petržel, skořice, kurkuma, garam masala, česnek, koriandr, mletá paprika, kmín, rýže)* |
| Salát | VEG | Salát s pečenými batáty, červenou řepou a sýrem feta | *(batáty, červená řepa, mrkev, pastinák,dýňová semínka, balsamikový dresink, **sýr feta**)* |
| Sendvič | VEG | Sandwich Caprese | *(**sandwich bread**, tomatoes, basil, **mozzarella**)* |

## Čtvrtek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | | Gulášová | *(hovězí maso, česnek, majoránka, mouka, kmín, mletá paprika)* |
| Menu 1 | | Kuřecí placičky s bramborovou kaší a baby mrkví | *(kuřecí maso, **smetana, máslo**, brambory, **mléko**, baby mrkev)* |
| Menu 2 | | Frankfurtská vepřová pečeně s rýží | *(vepřové maso, cibule, mletá paprika, paprika, **máslo, mouka**, olej, **smetana, párek**, rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Zeleninovo-fazolové ragú s kukuřičnými nachos | *(cibule, česnek, bylinky, fazole, mrkev, rajčata, olej, petržel, tymián, kukuřičné nachos)* |
| MENU DIET* | VEG | Zeleninovo-fazolové ragú s kukuřičnými nachos | *(cibule, česnek, bylinky, fazole, mrkev, rajčata, olej, petržel, tymián, kukuřičné nachos)* |
| Salát | | Italský kus kus | *(**kus kus,** salát, rukola, **mozzarella**, sušená rajčata,sušená rajčata, olivy leccino, dýňová semínka, bazalkové pesto, limetový dresink, petrželový olej)* |
| Sendvič | VEG | Bageta s kuřecím masem, camembertem a salátem | *(**bageta**, kuřecí maso, **majonéza, čerstvý sýr**, ledový salát, **camembert**)* |

## Pátek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | | | |
| Menu 1 | | **PUBLIC HOLIDAY** | |
| Menu 2 | | | |
| Menu 3 | | | |
| MENU DIET* | | | |
| Salát | | | |
| Sendvič | | | |

fresh tasty
by Zátiší Group

* suitable for intolerance to three main allergens (gluten, lactose and eggs)

**American Academy** 11.05.-15.05.2026 www.freshandtasty.cz/americanacademy

## Pondělí

| | | | |
|---|---|---|---|
| Soup | VEG | Tomatová s bazalkou | *(rajčata, bazalka, mrkev, cibule, sušená rajčata, česnek, **celer**)* |
| Menu 1 | | Vepřová panenka se smetanovou omáčkou se slaninou a bramborovou kaší | *(vepřová panenka, slanina, **smetana, mléko, máslo**, bramborový škrob, brambory)* |
| Menu 2 | | Znojemská hovězí pečeně s rýží | *(hovězí maso, cibule, **mouka**, slanina, **hořčice**, kyselá okurka, rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Kantonská rýže se zeleninou | *(rýže, **vejce**, pórek, paprika, jarní cibulka, cuketa, mrkev, **sójová omáčka**)* |
| MENU DIET* | | Grilovaný vepřový plátek se šťouchanými bramborami a hráškem | *(vepřové maso, cibule, bylinky, brambory, bezlaktózové mléko, hrášek)* |
| Salát | VEG | Nicoise | *(brambory, fazolové lusky, olivy, rajčata, petržel)* |
| Sendvič | | Bageta se šunkou, sýrem a vejci | *(**bageta**, vepřová šunka, **sýr, vejce,** rajčata, **čerstvý sýr**)* |

## Úterý

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Kuřecí vývar se zeleninou | *(mrkev, **celer**, petržel, cibule, kuřecí maso)* |
| Menu 1 | | Hovězí guláš s houskovým knedlíkem | *(hovězí maso, **mouka**, cibule, mletá paprika, česnek, majoránka, **vejce, mléko**, droždí, **houska**)* |
| Menu 2 | | Marocké kuřecí kostky se zelenými olivami a rýží | *(kuřecí maso, loupaná rajčata, zelené olivy, cibule, citrón, zázvor, skořice, rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Dýňová fritáta se špenátem | *(dýně, česnek, špenát, **balkánský sýr, vejce, smetana, mléko**)* |
| MENU DIET* | | Marocké kuřecí kostky se zelenými olivami a rýží | *(kuřecí maso, loupaná rajčata, zelené olivy, cibule, citrón, zázvor, skořice, rýže)* |
| Salát | | Chef´s salát | *(ledový salát, rajčata, okurky, šunka, **sýr, vejce, houska, jogurt**, rajčatové pyré, **majonéza**)* |
| Sendvič | VEG | Bageta s bazalkovým pestem, rajčaty a mozzarellou | *(**bageta**, mozzarella, rajčata, bazalka, **parmezán**, česnek)* |

## Středa

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Polévka z hlívy ústřičné | *(cibule, hlíva ústřičná, česnek, mletá paprika, majoránka)* |
| Menu 1 | | Vepřové na paprice s těstovinami | *(vepřové maso, cibule, **máslo**, mletá paprika, **mouka, smetana, těstoviny**)* |
| Menu 2 | | Kuřecí stehno se zeleninou a bramborovou kaší | *(kuřecí maso, mrkev, zelí, cibule, cuketa, paprika, kukuřice, brambory, **mléko, máslo**)* |
| Menu 3 | VEG | Čočkovo-květákový dhál s rýží | *(čočka, květák, rýže, cibule, česnek, **vindaloo**, rajčata, koriandr)* |
| MENU DIET* | | Čočkovo-květákový dhál s rýží | *(čočka, květák, rýže, cibule, česnek, vindaloo, rajčata, koriandr)* |
| Salát | VEG | Mexický kukuřičný salát Esquites | *(kukuřice,jarní cibulka,paprika červená,paprika zelená, **majonéza**,koriandr,limetky, česnek)* |
| Sendvič | | Bageta s rostbífem | *(**bageta**, sušená rajčata, cibule, **máslo, hořčice**, rostbíf, koření, křen)* |

## Čtvrtek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Cuketový krém | *(cuketa, cibule, brambory, **smetana**, bazalka, česnek)* |
| Menu 1 | | Masové kuličky s bramborovou kaší a brusinkami | *(hovězí maso, vepřové maso, **mouka, vejce, mléko, strouhanka, máslo**, brusinky, cibule, mrkev, **celer**)* |
| Menu 2 | | Wok kuře na kurkumě s rýží | *(kuřecí maso, **smetana**, citronová tráva, česnek, **rybí omáčka, ústřicová omáčka**, kurkuma, **sezamový olej,** rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Gnocchi se sýrovou omáčkou "4 formaggi" | *(**gnocchi, smetana, parmezán, eidam, gouda, modrý sýr)*** |
| MENU DIET* | | Treska pečená na bylinkách s pečenými bramborami a baby mrkví | *(treska, bylinky, olej, brambory, baby mrkev)* |
| Salát | VEG | Quinoa salát se zeleninou a sezamovými semínky | *(quinoa, **sezamová semínka,** mrkev, okurka, zelené fazolky, jarní cibulka, koriandr, pomeranč, rýžový ocet, **sójová omáčka)*** |
| Sendvič | | Wrap s uzeným lososem | *(**tortilla, uzený losos, smetanový sýr,** rukola, salát, citrón, kopr**)*** |

## Pátek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Cuketový krém | *(cibule, cuketa, brambory, **smetana**, bazalka, česnek)* |
| Menu 1 | | Krůtí tikka masala s rýží | *(krůtí maso, cibule, česnek, **jogurt**, vindaloo, paprika, rajčata, **smetana**, česnek, rýže)* |
| Menu 2 | | Smažený karbanátek s bramborovou kaší a kyselou okurkou | *(vepřové maso, hovězí maso, česnek, cibule, majoránka, **strouhanka, vejce, mouka,** brambory, **mléko, máslo**, kyselá okurka)* |
| Menu 3 | VEG | Těstoviny s tomatovou omáčkou a restovanou cuketou | *(**těstoviny, sýr**, cibule, česnek, loupaná rajčata, cuketa)* |
| MENU DIET* | | Bezlepkové těstoviny s tomatovou omáčkou a restovanou cuketou | *(bezlepkové těstoviny, cibule, česnek, loupaná rajčata, cuketa)* |
| Salát | VEG | Poke salát s fava fazolemi a nakládanou zeleninou | *(sushi rýže, vinný ocet, **fava fazole**, dýně, mrkev, okurka, radiccio salát, výhonky, limeta)* |
| Sendvič | VEG | Vaječný sendvič | ***(toustový chléb, vejce, majonéza,** pažitka)* |

* suitable for intolerance to three main allergens (gluten, lactose and eggs)

**American Academy** 18.05. - 22.05.2026 www.freshandtasty.cz/americanacademy

## Pondělí

| | | | |
|---|---|---|---|
| Soup | VEG | Indická tomatová polévka s červenou čočkou | *(červená čočka, **smetana**, tandoori masala, koriandr, vindaloo)* |
| Menu 1 | | Kuřecí nudličky se sýrovou omáčkou a těstovinami | *(kuřecí maso, **parmezán, eidam, gouda, modrý sýr, máslo, těstoviny**)* |
| Menu 2 | | Králičí ragú s pórkem a rýží | *(králík, cibule, pórek, **mouka, máslo**, tymián, rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Cizrnová chana masala s květákovým bulgurem | *(cizrna, cibule, česnek, citrón, koriandr, kmín, garam masala, rajčata, zázvor, bulgur, květák)* |
| MENU DIET* | | Cizrnová chana masala s pečenými bramborami | *(cizrna, cibule, česnek, citrón, koriandr, kmín, garam masala, rajčata, zázvor, brambory, olej)* |
| Salát | | Tabbouleh | *(**bulgur,** petržel, rajčata, okurka, jarní cibulka, olivový olej)* |
| Sendvič | | Sendvič s Pražskou šunkou, kyselou okurkou a vejcem | ***(toustový chléb**, Pražská šunka, pórek, křen, kyselá okurka, ledový salát, **vejce**)* |

## Úterý

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Brokolicový krém | *(brokolice, **máslo, smetana, mouka**, cibule)* |
| Menu 1 | | Boloňské rizoto | *(rýže, **celer**, hovězí maso, cibule, olivový olej, rajčata, mrkev, **sýr**)* |
| Menu 2 | | Hamburská vepřová peřeně s houskovým knedlíkem | *(vepřové maso, **šunka, smetana**, petržel, olej, kyselá okurka, mrkev, **mouka, máslo**, tymián, nové koření, bobkový list, **hořčice**, cukr, citrónová šťáva, cibule, **celer, houska**, droždí, **vejce, mléko**)* |
| Menu 3 | VEG | Peperonáta s bazalkovým kus kusem | *(bazalka, cibule, česnek, paprika, rajčata, **kus kus**)* |
| MENU DIET* | | Boloňské rizoto | *(rýže, **celer**, hovězí maso, cibule, olivový olej, rajčata, mrkev, **sýr**)* |
| Salát | | Fazolový salát s tuňákem a vejci | *(fazolové lusky, bílé fazole, červené fazole, **tuňák, vejce**, rukola, cherry rajčátka, červená cibule, bylinky, olivový olej, ocet, cukr)* |
| Sendvič | VEG | Sýrová bageta se salátkem | *(**bageta, mozzarella**, **gouda, camembert, pomazánkové máslo,** rukola)* |

## Středa

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | | Kuřecí krém se zeleninou | *(kuřecí maso, celer, mrkev, petržel, máslo, mouka, smetana, mléko)* |
| Menu 1 | | Krůtí nugetky s bramborovou kaší a kukuřicí | *(krůtí maso, **mouka, vejce, mléko, strouhanka, máslo**, brambory, kukuřice)* |
| Menu 2 | | Kuřecí Biryani | *(kuřecí maso, **jogurt,** zázvor, česnek, vindaloo, **másla,** garam masala, rajčatové pyré, šafrán, bobkový list, koriandr, máta, jarní cibulka, smažená cibulka, rýže)* |
| Menu 3 | VEG | Těstoviny se smetanovou brokolicovou omáčkou | *(**těstoviny**, brokolice, **smetana**, cibule, **mléko, parmezán**)* |
| MENU DIET* | | Grilovaný losos s pečenými bramborami a fazolkami | ***(losos,** bylinky, brambory, fazolky, olivový olej, česnek**)*** |
| Salát | VEG | Rýžový salát s grilovanou zeleninou | *(**kamut wheat**, zucchini, aubergine, peppers, red onion)* |
| Sendvič | | BBQ kuřecí sendvič | *(**toustový chléb**, slanina, **vejce**, kuřecí maso, **čedar**, ledový salát)* |

## Čtvrtek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Hrachová | *(hrášek, cibule, česnek, majoránka)* |
| Menu 1 | | Hovězí maso s rajskou omáčkou a těstovinami | *(hovězí maso, rajčata, **celer**, bobkový list, cukr, **mouka**, skořice, olej, **těstoviny**)* |
| Menu 2 | | Uzené vepřové maso se šťávou a bramborovou kaší | *(uzené vepřové maso, cibule, **mouka**, brambory, **mléko, máslo**)* |
| Menu 3 | VEG | Bramborové šišky s mákem a cukrem | *(brambory, **mouka, mléko, máslo, vejce**, mák, cukr)* |
| MENU DIET* | | Paella s mořskými plody | *(rýže, **tilápie, tuňák, krevety, mušle, kalamáry,** cibule, kurkuma, hrášek, citrón)* |
| Salát | | Mix listových salátů s kuřecí šunkou, sýrem a medovým dresinkem | *(mix listových salátů, **gouda, čedar, kuřecí šunka,** cherry rajčata, granátové jablko, brusinky**, hořčice,** med**)*** |
| Sendvič | | Bageta s uzeným lososem | *(**bageta, uzený losos**, červená řepa, balzamiko, cukr, korp, baby špenát)* |

## Pátek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | | Hovězí vývar se zeleninou a masem | *(**celer**, mrkev, cibule, petržel, hovězí maso)* |
| Menu 1 | | Indické kuřecí máslové curry s rýží | *(kuřecí maso, **jogurt**, zázvor, česnek, vindaloo, **máslo**, garam masala, rajčatové pyré, šafrán, bobkový list, rýže)* |
| Menu 2 | | Těstoviny s lososem v rajčatové omáčce | *(**těstoviny, losos**, rajčata, cibule, česnek, bazalka)* |
| Menu 3 | | Batátová fritáta se špenátem a ricottou | *(batáty, **ricotta**, špenát, **vejce**, brambory, **smetana**, bylinky)* |
| MENU DIET* | | Bezlepkové těstoviny s lososem v rajčatové omáčce | *(bezlepkové těstoviny, **losos**, rajčata, cibule, česnek, bazalka)* |
| Salát | VEG | Rajčatový salát s vejci | *(rajčata, **vejce, bílý jogurt,** jarní cibulka, kopr, ocet)* |
| Sendvič | | Bageta s rajčaty, rukolou a bazalkovým pestem | *(**bageta,bazalkové pesto, rukola, rajče**)* |

* suitable for intolerance to three main allergens (gluten, lactose and eggs)

**American Academy** 25.05. - 29.05.2026 www.freshandtasty.czamericanacademy

## Pondělí

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Bramborový krém s bazalkou | ( ***máslo*** , cibule, brambory, česnek, olej, ***smetana*** , bazalka) |
| Menu 1 | | Těstoviny s dýňovou omáčkou a krůtím masem | (krůtí maso, ***těstoviny, smetana*** , dýně, ***máslo*** , olej, tymián) |
| Menu 2 | | Sekaná s bramborovou kaší a kyselou okurkou | (vepřové maso, hovězí maso, cibule, česnek, majoránka, ***vejce, strouhanka, mouka*** , brambory, ***mléko, máslo*** ) |
| Menu 3 | VEG | Fazolové lusky s paprikami a pečené brambory | (fazolové lusky, paprika, drcená rajčata, cibule, česnek, bazalka, olivový olej, brambory) |
| MENU DIET* | | Fazolové lusky s paprikami a pečené brambory | (fazolové lusky, paprika, drcená rajčata, cibule, česnek, bazalka, olivový olej, brambory) |
| Salát | VEG | Pipirrana | (paprika, červená cibule, okurka, rajčata, olivový olej, ocet, bylinky) |
| Sendvič | VEG | New York sendvič | ( ***toustový chléb*** , mrkev, rukola, kyselá okurka, červené zelí, majonéza, ***hořčice*** , ocet, ***čedar)*** |

## Úterý

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Kapustová polévka s bramborami | (kapusta, cibule, brambory ***, mléko, smetana,*** mletá paprika, ocet ***)*** |
| Menu 1 | | Masové kuličky s kari omáčkou a rýží | (hovězí maso, vepřové maso, ***mouka*** , ***vejce, jogurt, máslo*** , cibule, česnek, garam masala, rajče, šafrán, bobkový list, rýže) |
| Menu 2 | | čínské nudle s kuřecím masem a zeleninou | ( ***nudle,*** kuřecí maso, zelí, ***sójové výhonky, vejce,*** pak choi, jarní cibulka, portobello, mrkev, koriandr, cibule, ***sójová omáčka*** , paprika) |
| Menu 3 | VEG | Zeleninovo-luštěninové karbanátky s batátovým pyré a máslovou kukuřicí | (mrkev, cuketa, cizrna, čočka, ***vejce, mouka, strouhanka*** , bylinky, batáty, mléko, kukuřice, květák) |
| MENU DIET* | | Krůtí oreganáta s cizrnou, cuketou a sušenými rajčaty | (krůtí maso, bylinky, citrónová šťáva, cizrna, sušená rajčata, česnek, olivový olej) |
| Salát | VEG | Čínské zelí s rýžovými nudlemi a tofu | (čínské zelí, rýžové nudle, ředkvička, cibule, ***tofu*** , med, ***sezamové semínko, sójová omáčka*** ) |
| Sendvič | | Bageta s tuňákem, vejci a salátem | ( ***bageta, máslo, tuňák, vejce,*** salát, jarní cibulka) |

## Středa

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Špenátová | (špenát, brambory, česnek, ***smetana*** , cibule) |
| Menu 1 | | Těstoviny s tuňákem v tomatové omáčce s bazalkou | ***(těstoviny,*** drcená rajčata, cibule, česnek, bazalka, ***tuňák*** ) |
| Menu 2 | | Vepřový řízek s bramborovou kaší a kyselou okurkou | (vepřové maso, ***mouka, mléko, vejce, máslo, strouhanka*** , brambory, kyselá okurka) |
| Menu 3 | VEG | Dukátové buchtičky s vanilkovou omáčkou | ( ***mouka*** , droždí, ***vejce,*** vanilkový puding, ***mléko*** ) |
| MENU DIET* | | Bezlepkové těstoviny s tuňákem v tomatové omáčce s bazalkou | (bezlepkové těstoviny, drcená rajčata, cibule, česnek, bazalka, ***tuňák*** ) |
| Salát | VEG | Mix listových salátů se sušenými rajčaty, mozzarellou a balzamikem | (ledový salát, rukola, red chard, římský salát, čekanka, olivy, kapary, ***mozzarella,*** balzamiko) |
| Sendvič | | Sendvič s paprikovým kuřetem a slaninou | ( ***toustový chléb*** , kuřecí maso, slanina, ***pomazánkové máslo*** , mletá paprika, salát) |

## Čtvrtek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | VEG | Krůtí vývar se zeleninou a nudlemi | (krůtí maso, ***celer*** , petržel, mrkev, ***nudle*** ) |
| Menu 1 | | Kuřecí nudličky se zeleninou v hoisin omáčce s rýží | (kuřecí maso, rýže, fazolky, paprika, bambusové výhonky, ***hoisin omáčka*** , olej, škrob, kukuřice, ***sójová omáčka*** , koriandr) |
| Menu 2 | | Hovězí Taco rizoto | (hovězí maso, fazole, cibule, rajčata, česnek, koriandr, kukuřice, jarní cibulka, paprika, limeta, česnek) |
| Menu 3 | VEG | Indické máslové curry se sójovým masem s rýží | ( ***sójové maso, jogurt*** , zázvor, česnek, máslo, rajčata, curry, rýže) |
| MENU DIET* | | Hovězí Taco rizoto | (hovězí maso, fazole, cibule, rajčata, česnek, koriandr, kukuřice, jarní cibulka, paprika, limeta, česnek) |
| Salát | | Cézar salát s vejci, krutóny a parmezánem | (římský salát, koření, v ***ejce, houska, parmezán, majonéza, ančovičky, hořčice*** ) |
| Sendvič | VEG | Sendvič s grilovanou zeleninou a hummusem | ( ***toustový chléb*** , cuketa, papriky, lilek, cizrna, koriandr, citron, česnek, ***tahini sezamová pasta*** , bylinky) |

## Pátek

| | | | |
|---|---|---|---|
| Polévka | | Gulášová | (hovězí maso, cibule, česnek, majoránka, brambory, ***mouka*** , kmín, mletá paprika) |
| Menu 1 | | Krůtí nudličky s restovanou paprikou a rýží | (krůtí maso, cibule, paprika, rajčatové pyré, bramborový škrob, ***worchester, sójová omáčka*** , rýže) |
| Menu 2 | | Kuřecí placičky s čedarem, bramborovou kaší a baby mrkví | (kuřecí maso, ***čedar, máslo*** , brambory, ***smetana, mléko*** , baby mrkev) |
| Menu 3 | VEG | Houbové fleky | ( ***těstoviny,*** houby, ***vejce, smetana, mléko*** , cibule, jarní cibulka, bylinky) |
| MENU DIET* | | Krůtí nudličky s restovanou paprikou a rýží | (krůtí maso, cibule, paprika, rajčatové pyré, bramborový škrob, worchester, sójová omáčka, rýže) |
| Salát | VEG | Těstovinový salát se zeleninou a brokolicovým pestem | ( ***těstoviny,*** brokolice, olivový olej, sušená rajčata, bazalka, cherry rajčátka, ***parmezán*** ) |
| Sendvič | | Tortilla s rostbífem a coleslawem z červeného zelí | ( ***tortilla*** , rostbíf, červené zelí, mrkev, ***majonéza, jogurt*** ) |

fresh tasty
by Zátiší Group

* suitable for intolerance to three main allergens (gluten, lactose and eggs)