

MENU

OD 11.00 H

8.10.2018

			ENERGET. HODNOTY	NOR MAL	MAX
Polévka z bílých fazolí (C) (v)			243kcal/1018 KJ	22,00	
1. BIO falafel s květákem, bramborová kaše s celerem, zelný salát s rajčaty (C) (v)	6, 9		595 / 2490	88,00	105,00
2. Seitan se zeleninou po čínsku, rýžové nudle, zeleninová ozdoba (v)	1b, 11		462 / 1933	83,00	100,00
Seitan se vyrábí z pšeničného lepku a dokáže se strukturou a chutí přiblížit běžnému masu. Vaří se ve vodě s mořskými řasami, sojovou omáčkou a různými druhy zeleniny. Koupit jej můžeme ve formě vakuově balených hlav – natural, medailonků – speciál (už ochucený)					
3. Luštěninové rizoto, omáčka s bílou ředkvi daikon, zeleninový salát (celozrnná rýže BIO) (C)	6, 7		814 / 3407	82,00	99,00

9.10.2018

Polévka z dýně Hokaido se zakysanou smetanou a s opečenou kukuřičnou polentou (C)	7		203kcal/849 KJ	28,00	
1. Zapečené brambory s BIO kozím sýrem a zeleninou, salát z čínského zeli s paprikou (C)	7		392 / 1641	88,00	105,00
2. Čerstvé zeleninové lečo s tofu salámem, kváskový žitný chléb (ke koupi i na prodejně), ozdoba (v)	1 f, 6		548 / 2295	85,00	102,00
3. Houbová pánev s hlívu ústřičnou a zeleninou, celozrnná rýže BIO, zeleninový salát (C)	7		541 / 2264	83,00	100,00

10.10.2018

H

Crkonošské kyselo s žitným kváskem (v)		1f	92cal/362KJ	24,00	
1. Gratinovaný lilek se zeleninou a BIO sýrem Mandava, brambory, zelný salát s ředkvičkami	1b, 7		417 / 1746	88,00	
2. Plněný kapustový list s Gándhího rajčatovou omáčkou, celozrnná rýže BIO, zeleninová ozdoba (v)	1b		758 / 3171	83,00	
3. Blanširovaná zelenina s bylinkovým tofu, rýžové nudle, zeleninová omáčka (C) (v)	6		493 / 2063	82,00	99,00

11.10.2018

Rajská krémová polévka s BIO celozrnnou rýží (C) (v)			189kcal/790KJ	22,00	
1. Rýžové palačinky plněné tofu, žampiony a zeleninou s kari omáčkou, zeleninový salát Virginia (C) (v)	10		323 / 1351	88,00	105,00
2. Zeleninové placky, brambory, sojová tatarská omáčka, zeleninová ozdoba (v)	1b, 6		481 / 2014	86,00	102,00
3. Seitan na žampionech, rýže BIO s hráškem, zelný salát s koprem zeleninová ozdoba (v)	1b, 6		644 / 2693	82,00	99,00

12.10.2018

Jemná květáková polévka s ovesnými vločkami (v)		1 l	37kcal/154KJ	22,00	
1. Kapustový karbanátek s uzeným tofu, brambory, sojová tatarka, zeleninový salát (V)	1b, 6, 13		646 / 2704	88,00	105,00
2. Robi plátek v křenové omáče, rýže BIO + pšenice špalda BIO, blanširovaná zelenina, červená řepa s křenem	1b, 6, 7		676 / 2830	84,00	101,00
3. BIO špagety z tvrdé pšenice po Boloňsku (žampiony, paprika, uzené tofu), zeleninová ozdoba (v)	1b, 6		355 / 1486	82,00	99,00

Kohoutková voda k jídlu ZDARMA bez omezení :-)

Zabalení pokrmu s sebou do menší plastové misky / do větší kompostovatelné misky s víčkem či polévkové s víčkem **5,00 10,00**
Jídelní dřevěné hůlky **15,00**

Možnost rezervace obědů min.1 den předem, po předchozím zaplacení u obsluhy restaurace či na prodejnách Špaldy

MAXI porce je min. 500g, nelze z ní objednávat poloviční porci
NORMAL porce je min. 350g, za poloviční porci účtujeme 60 % ceny.
(C) ... pokrm neobsahuje pšenici, žito, oves, ječmen, špaldu
(v) ... pokrm vhodný i pro vegany (bez jakýchkoli živočišných látek)