

# MENU

OD 11.00 H

## 11.1.2021

	ENERGET. HODNOTY 1 PORCE	NOR MAL	MAXI
Polévka z červené čočky BIO (C) (v)	135kcal/567KJ	<b>27,0</b>	
1. Quinoa mix BIO (bílá a červená) s restovanými mandlemi, zeleninou a BIO tempehem, zelný salát s kysaným zelím (C) (v) 6, 8a	654 / 2739	<b>101,0</b>	<b>121,0</b>
2. Lasagne po italsku se špenátem a sýrovo - smetanovou omáčkou, zeleninový salát s hořčičnou zálivkou 1b, 6, 7	682 / 2852	<b>101,0</b>	<b>121,0</b>
3. Jahelník se sušenými švestkami a mandlemi (jáhly BIO), zdobený BIO vanilkovým pudinkem (v) 6, 8a	489 / 2048	<b>95,0</b>	<b>114,0</b>

## 12.1.2021

### H

Gulášová polévka se seitanem (v)	1b	239kcal/998 KJ	<b>29,0</b>	
1. Sicilské špenátové kapsy s mozzarelou, olivami a sultánkami, fenyklový salát s rajčátky	1b, 3, 7	918 / 3843	<b>101,0</b>	<b>121,0</b>
2. Zapečené brynzové brambory s uzeným tofu, salát z kysaného zelí (C)	6, 7, 9, 13	467 / 1955	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>
3. Labužnické tofu, rýžové nudle, zeleninová ozdoba (C) (v)	6	363 / 1520	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>

## 13.1.2021

Drožděná polévka s opečenou houstičkou (v)	9 (v houstičce 1b,p)	135kcal/564KJ	<b>27,0</b>	
1. „Výpečky“ ze seitanu speciál, bramborové špalíčky s BIO špaldovými otrubami, špenát (v) 1b, o, 13		653 / 2733	<b>101,0</b>	<b>115,0</b>
2. Robi směs (robi maso, uzené tofu, bílé zelí, paprika, kysané zelí), celozrnná rýže BIO, zeleninová ozdoba (v) 1b, 6, 10		529 / 2212	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>
3. Cizrna BIO se zeleninou, bezmasý karbanátek, celozrnná rýže BIO, salát z kysaného zelí (v)	1b	651 / 2726	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>

## 14.1.2021

Hráškový krém s uzeným tempehem BIO (C)	6, 7	184kcal/769KJ	<b>29,0</b>	
1. Zeleninové placky, brambory, sojová tatarská omáčka, zeleninová ozdoba (v)	1b, 6	481 / 2014	<b>99,0</b>	<b>119,0</b>
2. Seitan na mandlích, BIO kuskus, celozrnná rýže BIO, zeleninová ozdoba (v)	1b, 6, 8a	758 / 3171	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>
3. Marinovaná pečená červená řepa zapečená s kozím BIO sýrem, směs zelených salátů, špaldová bagetka 1b, p, 7		511 / 2139	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>

## 15.1.2021

Zeleninová polévka s BIO celozrnnou rýží (C) (v)		86 kcal/360KJ	<b>27,0</b>	
1. Plněné pirohy z listového těsta s brynzou, zeleninová omáčka, dušená zeleninka	1b, 6, 7, 9, 11	1105 / 4624	<b>101,0</b>	<b>121,0</b>
2. Vegetarian burritos (fazole,robi,kukuřice,brokolice), pita, česnekový dressing, rajčatová omáčka (v)	1b, 6	622 / 2781	<b>97,0</b>	<b>116,0</b>
3. Staročeský šoulet s uzeným BIO tempehem, opečenou cibulkou a zelný salát s kysaným zelím (v)	1 i, 6	609/ 2548	<b>96,0</b>	<b>115,0</b>

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	<b>5,00</b>	<b>10,00</b>
Velký plastový box s přepážkou a víčkem		<b>15,00</b>

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 živoč. látek)

Jídelníček zasíláme na požádání pravidelně mailem na Vaši adresu (stačí ji nahlásit servírci) a je umístěn také na nástěnce na třídě Míru i na [www.spalda.cz](http://www.spalda.cz). Vyzkoušejte rovněž náš e-shop + služby pro Pardubice na: [www.bio.spalda.cz](http://www.bio.spalda.cz)