

# MENU

OD 11.00 H

## 15.10.2018

	ENERGET. HODNOTY	NOR MAL	MAXI
Polévka z červené čočky BIO (C) (v)	135kcal/567KJ	1 PORCE	<b>22,00</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>88,00 105,00</b>
2. Lasagne po italsku se špenátem a sýrovo - smetanovou omáčkou, zeleninový salát s hořčičnou zálivkou 1b, 6, 7	682 / 2852		<b>88,00 105,00</b>
3. Pohanka BIO se zeleninou, dušená bazalková zeleninka, zelný salát s kysaným zelím, zakysaná smetana na ozdobu nebo bez ní pro vegany (v) (C) 6, 7?, 8b, 9	552 / 2307		<b>82,00 99,00</b>

## 16.10.2018

Gulášová polévka se seitanem (v)	1b	239kcal/998 KJ	<b>24,00</b>
1. Sicilské špenátové kapsy s mozzarelou, olivami a sultánkami, fenyklový salát s rajčátky	1b, 3, 7	918 / 3843	<b>88,00 105,00</b>
2. Zapečené brynzové brambory s uzeným tofu, salát z kysaného zelí (C)	6, 7, 9, 13	467 / 1955	<b>84,00 101,00</b>
3. Labužnické tofu, rýžové nudle, zeleninová ozdoba (C) (v)	6	363 / 1520	<b>84,00 101,00</b>

## 17.10.2018

### H

Droždňová polévka s opečenou houstičkou (v)	9 (v houstičce 1b,p)	135kcal/564KJ	<b>22,00</b>
1. „Výpečky“ ze seitanu speciál, bramborové špalíčky s BIO špaldovými otrubami, špenát	1b, o, 13	653 / 2733	<b>88,00 105,00</b>
2. Marinované tofu na rajčatech, BIO semolinové těstoviny, zeleninová ozdoba (v)	1b, 6, 10	659 / 2756	<b>84,00 101,00</b>
3. Cizrna BIO se zeleninou, bezmasý karbanátek, celozrná rýže BIO, salát z kysaného zelí (v)	1b	651 / 2726	<b>84,00 101,00</b>

## 18.10.2018

Hráškový krém s uzeným tempehem BIO (C)	6, 7	184kcal/769KJ	<b>24,00</b>
1. Brokolicový karbanátek v kukuř. strouhance, bramboro-fenyklové pyré, zelný salát s paprikou (C) (v) 6		494 / 2066	<b>88,00 105,00</b>
2. Robi směs (robi maso, uzené tofu, bílé zelí, paprika, kysané zelí), celozrná rýže BIO, zeleninová ozdoba (v) 1b, 6, 10		529 / 2212	<b>84,00 101,00</b>
3. Marinovaná pečená červená řepa zapečená s kozím BIO sýrem, směs zelených salátů, špaldová bagetka 1b, p, 7		511 / 2139	<b>84,00 101,00</b>

## 19.10.2018

Zeleninová polévka s BIO celozrnnou rýží (C) (v)		86 kcal/360KJ	<b>22,00</b>
1. Plněné pirohy z listového těsta s brynzou, zeleninová omáčka, dušená zeleninka	1b, 6, 7, 9, 11	1105 / 4624	<b>88,00 105,00</b>
2. Zeleninové rizoto s máslovou dýní (celozrná rýže BIO), zdobené uzeným tofu, zeleninový salát (C) (v) 9		481 / 2011	<b>84,00 101,00</b>
3. Vegetarian burritos (fazole,robi,kukuřice,brokolice), pita, česnekový dressing, rajčatová omáčka (v) 1b, 6		622 / 2781	<b>84,00 101,00</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 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 servírce) 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)