



ČESKÝ SVAZ FULL-CONTACTU ve spolupráci s
ARMÁDNÍM SPORTOVNÍM CENTREM DUKLA

pořádá

REPREZENTAČNÍ SOUSTŘEDĚNÍ KICKBOXU

**17. – 23. srpna 2020
HARRACHOV**



JÍDELNÍČEK

Po 17. 8.	oběd	Kuřecí vývar celestýnský nudlemi Masová směs, rýže dušená
	večeře	Těstoviny se zeleninou a krutím masem, sýr, salát
Út 18. 8.	snídaně	Kaše, sýr, šunka, bílý jogurt, corny, vejce, 1x V.P., džem, máslo, chléb, čaj
	oběd	Italská polévka Kuřecí plátek zapečený s nivou, v. brambor, obloha
	večeře	Uzené maso, čočka na kyselo, ok. st.
St 19. 8.	snídaně	Kaše, sýr, šunka, jogurt, musli, vejce, 1x V.P., med, máslo, chléb, čaj
	oběd	Čeneková polévka s bramborem a vejcem Vepřová kapsa na pepři, zeleninový bulgur, kompot
	večeře	Španělský ptáček, rýže dušená
Čt 20. 8.	snídaně	Kaše, sýr, šunka, bílý jogurt, corny, vejce, 1x V.P., džem, máslo, chléb, čaj
	oběd	Gulášová polévka Pstruh na másle, v.brambor, citron, salát
	večeře	Vepřová kýta na smetaně, těstoviny
Pá 21. 8.	snídaně	Kaše, cereálie, bílý jogurt, sýr, šunka, vejce, 1x V.P., med, máslo, chléb, čaj
	oběd	Kuřecí vývar s kapáním Kuře na divoko, rýže dušená
	večeře	Drůbeží roláda, v. brambor, špenát
So 22. 8.	snídaně	Kaše, cereálie, bílý jogurt, 30g sýr, 30g šunka, vejce, 1x V.P., džem, máslo porce, chléb, čaj
	oběd	Hráškový krém s opečeným chlebem Špagety s vepřovým masem a rajčaty, sýr
	večeře	Kuřecí maso po indicku, rýže dušená
Ne 23. 8.	snídaně	Kaše, cereálie, bílý jogurt, 30g sýr, 30g šunka, vejce, 1x V.P., med, máslo porce, chléb, čaj