



OBSAH

SALÁTY BEZMASÉ

S čočkou	2
S čočkou jinak	2
Olivové spirálky	2
S olivami, žampiony a sýrem	2
Kolínka s čínským zelím	2
S brynzou a koprem	2
„Mňam“	2
S hlávkovým zelím	2
Zelené s nivou	2
Kolínkový s červenou fazolí	2
S broskvemi a okurkou	2
S jogurtem	2
S okurkou a jogurtem	2
„Prima salát“	2
S ovesnými vločkami a jogurtem	2
S jogurtem, červenou paprikou a tatarskou	3
Vlasové se sójovým masem	3
Vlasové s brokolicí	3
Osvěžující „vrtulový“ z lednice	3
Zeleninový	3
Letní zeleninový	3
Salát mnoha barev (i chuti)	4
Vegetarián	4
S červenou řepou	4
S vařenou zeleninou a lučinou	4
Ke grilování	4
Hnědý	4
Salát Mungo	4
Se sójovou šunkou	4

SALÁTY S MASEM A POMAZÁNKY

Krabí	4
Krabí směs	4
Prázdninový	4
Italský	5
S kuřetem	5
Kuřecí	5
Karamelové nudle	5
Nudličkový rodinný s vínem	6
Narozeninový s ananášem a kuřetem	6
S krůtími křídly	6
Myslivecký s bažantem	6

Kolínka pikant	6
Salát se sýrovou omáčkou	6
Špagetové poháry	6
Italský pro druhý den	6
Lehký letní	6
Letní lahůdkový	6
Se zeleninou a salámem	6
S hlávkovým salátem	6
Svojsínské vrtule	8
„Lipnický“	8
Bohatý	8
S křenovou chutí	8
Z mušlí se žampiony	8
Jarní mušlový	8
Se sójovými boby a salámem	8
S moravankou	8
Vřetánkový s tuňákem	9
S paprikou a tuňákem	9
S tuňákem a zeleninou	9
Rybí	9
S tuňákem a tatarskou	9
Pomazánka z těstovin	9
Pomazánka s tuňákem a sýrem	9

ZAPÉKANÉ BEZMASÉ

S kopřivami a slaninou	9
Mušle se špenátem	9
Lasagne se špenátem	9
Se špenátem	10
Se zelím a žampiony	10
Mušličky s žampiony a brokolicí	10
S hlívu a kapustou	10
Se žampiony	10
Barevná kolínka	10
Kolínka v zelenině	10
Lečo pro diabetiky	10
S brokolicí	10
Škrábaná lednice	11
S ředkvičkami	11
S pórkem na kari	11
S plněným rajčetem	11
S cuketou a rajčaty	11
Domáci s brokolicí	11
Kvěťáková pochoutka	11
„MIŠ - MAS“	11
S pečeným zelím	11
S tvarohem a rokfórem	11
Sýrové pikantní	11
Sýrové s jablky	12
Bramborové flíčky	12
Se sójovou drtí	12
S brokolicí a sójovou šunkou	12
Musaka z kolínek	12
Se sójovou šunkou	12
„Houbynec“	13
Se sójovým masem	13
Se sójovou šunkou a zeleninou	13
Strakáč (dietní)	13
Špagety se šunkovou drtí	13
S brokolicí a rostlinným masem ROBI	14
Mušličky na plechu	14
Mušličkový s houbami	14
Zapečené s tofu	14
Plněné lasagne	14
Rolky	14

ZAPÉKANÉ S MASEM

S mletým masem	14
S červenou řepou a masem	14
Dýňová pochoutka	14

Se špenátem a masem	15
S mletým skopovým	15
S mletým masem na víně	15
„Lazaně“ po česku	15
Rychlé chalupářské	15
Po ostravsku	15
Tradiční rodinné	15
S plátky hovězího	15
Pro labužníky	15
„Adamovy“ s drůbežím salámem	16
Se zeleninou a salámem	16
S lečem a salámem	16
Špagety „Špenati“	16
Olympijské kuře	16
S kuřetem a bešamelem	16
Vřetena s krůtou a žampiony	16
Nudlový králek	16
Plněné cukety	17
Špenátový nákyp s medvědí	
česnekem	17
Pepkovy nudle	17
S hráškem a šunkou	18
Se špenátem a šunkou	18
S mangoldem a masem	18
S brokolicí a šunkou	18
S krabím masem a zeleninou	18
Rybí filety	18
Rybí „Dej si ho“	18
Balkánské rybí	18
Červená kolínka	18
Nudlová pánev	18
Lasagne se sýrem	18
Lasagne se žampiony	18
Špagety s nivou a paprikovým bokem	18
Babiččin granatýrský pochod	19
Dvojí hnízda	19
Francouzské nudle	19
Se zapékanou slepicí	19
Farská slepice v nudlích	19
Špenátové trubičky	19

VAŘENÉ NEZAPÉKANÉ BEZMASÉ

„Halušky“ se zelím	19
Široké se zelím na víně	19
Á la čína	19
„Těvzelko“	20
Se zelím dvojí chuti	20
Celozrné se zelím	20
„Za babku“	20
S čalamádou	20
„Pásta“	20
Penne alla vodka	20
„Italské“	20
S rajčatovou omáčkou a olivami	20
Půlhodinové rajské	20
S brokolicí	20
S květákem	21
S kečupem a celerem	21
S hráškovou kaší	21
S čočkou	21
S kedlubnou	21
S dýní	21
S česnekem a strouhankou	21
Česnekové	21
S fazolemi	21
Amaranthové s fazolovým gulášem	21
Bílé špagety	21
S cuketovou omáčkou	21
S cuketou a baklažánem	21
Špenátová míchanice	22
„Pálivačky“	22

S žampiony a paprikou	22	S kuřecím masem a žampiony	29	Fličková žemlovka	36
S hlíovou smaženicí	22	Prsíčka s pálivou omáčkou	30	Mušličky na plechu	36
Se smetanovou hlíovou omáčkou	22	S kuřecí omáčkou	30	Nákyp se smaženými nudlemi	36
S omáčkou z bílých hříbků	22	Slepičí nudle	30	Dýňové s vlašskými ořechy	36
Kolínka se smaženicí	22	Slepice v nudlích	30	a rozinkami	36
Rýžové se šii-také a banánem	23	Po čínsku	30	Kraple s tvarohem	36
S houbovou červenou omáčkou	23	Jakisoba	30		
S houbovým bešamelem	23	S vepřovými játry a žampiony	30	DORTY, BÁBOVKY, KOLÁČE, PIZZY,	
S mangoldem a houbami	23	Noky v guláši	30	TAKÉ TLACENKA, MOZAIKA A ROLÁDA	
Nudle soudce Ti	23	Myslivecké klišky	30	Sladké potěšení aneb fličkový dort	37
Pikantní „vrtule“	23	Vařené s pikantní omáčkou	30	Bábovka z makaronů	37
Rychlé s houbami	23	S masem a játry	30	Koláč na dvojí způsob	37
Mušličky pro Martinku	23	Pasta „šusta“	31	Dětský sen	37
S pórkem a jemnou sýrovou omáčkou	23	Makarony ve španělské omáčce	31	Slaný koláč	37
V omáčce z nivy	23	Spaghetti di konzervo	31	Dortík	37
Ve žluté omáčce	24	Hovězí s kvasnicovou omáčkou	31	Špagetový dort	37
Se sýrovou hořčicovou omáčkou	24	Špagety od Jiřky	31	Lasagne po česku	37
S omáčkou z „taveňáku“	24	S tuňákem	31	Moučník ze zbytků	38
Kanárková pasta	24	Džepenís	31	„Střelené myši“	38
Se žampiony a rokfórovou omáčkou	24	Pasta Janov	31	Dort s rozmanitou náplní	38
Kolínka v sýrové kaši	24	S brokolici a sardinkovými očky	31	Kač-kač dort	38
S brynzou	24	S lososem	31	Žemlovka	38
S tofu	24	S uzeným lososem v sýrové omáčce	31	Koláč s povidly a ořechy	38
S tofu a žampiony	24	Se sleděm v tomatě	32	Koláč s pórkem a šproty	38
S tofu kořeněným gyrosem	24	S treskou	32	v rajske omáčce	38
Makarony s klasem	24	Špagety ruského vodníka	32	Pizza s blatáckým zlatem	38
Se sójovým masem a zeleninou	24	Špagety ruského vodníka - dítěe	32	Sytá pizza	38
Kalifornské mašle	25	Fantazie s tvarohem a rybami	32	Želatinový dort	39
Mexický kotlík	25	S tvarohem trochu jinak	32	Tlačenka v srnčím hřbetu	39
Nudlové „rizoto“	25	Barevné se sýrem Tofu	32	Drozdovická tlačenka	39
Nudličková rýže	25	Voňavé mušličky	32	Mozaika	39
„Tarhoňa“	25	S bramborami, sýrem a škvarky	32	Roláda	40
Drobena	25	S protichřípkovou omáčkou	32	Nádivka	40
„Indonézan“	26	Uzeninové halušky	33		
S míchanými vajíčky	26	Nočky od maminky	33	SMAŽENÉ	
S krupicí	26	„Suky“	33	Smažené překvapení	40
„Halušky“ narychlo	26			Sladké krokety s meruňkovou	40
České „halušky“	26	NA SLADKO		omáčkou	40
„Kanonýrmarš“	26	Mls z muší	33	Sladké lívanečky	40
Bramborová varianta	26	S „žahourem“	33	Česká omeleta	41
Oušková polévka	26	Mramorové	33	Smaženky	41
Pírožky	26	S banánem	33	„Těstovinák“	41
		Se sušenými švestkami	33	Placka	42
VARENÉ NEZAPEKANÉ S MASEM		S ořechy a povidly	33	Švýcarské tortillas	42
S červenou kapií a salámy	26	S jablky a tvarohem	33	Omeleta z Dobrušky	42
„Droboto“	26	Meruňkové překvapení	33	Omeleta se zeleninou	42
Pikantní mušle	27	Dvojí s oříšky a šlehačkou	33	Omelety s dušenou zeleninou	42
S kabanosem a žampiony	27	Bleskový oběd či večere	34	Falešný smažený květák	42
Špagetová kapsa	27	S ořechy a cukrem	34	Placičky	42
Zahradnická směs	27	S medem a strouhankou	34	Lívanečky se salámem	42
Barevný talíř	27	Sladké mašličky	34	Krůtí řízky se špagetovou nádivkou	42
Špenátové misky	27	S ořechy a marmeládou	34	Omelety na dva způsoby	42
Ve smetanové sýrové omáčce	27	Ořechové nudličky	34		
Se šunkovou omáčkou	27	S jablky, brusinkami a medem	34	FINÁLOVÉ RECEPTY OČENĚNÉ POROTOU	
Maďarské špagety	27	S dušenými jablky	34	Zapečené těstoviny s lílkem	43
Makarono žampiono fantastiko	27	S rozinkami a mandlemi	34	„Včelí plástve“	43
Se zeleninou a uzeným masem	28	S mákem i kokosem	34	Těstovinová tlačenka	43
S kyselým zelím a uzeným jazykem	28	S povidly a mákem	34	Kopřivové těstoviny	43
Vrtulový „eintopf“	28	S mákem netradičně	34	Karobový puding „baby“	44
Makarony s chřestem, šunkou	28	Mandlové nudle	34	Pašteta z Jeruzaléma	44
a sýrovou omáčkou	28	S rebarborou	35	Pašteta od Šifry	44
„Po vídeňsku“	29	Zvarkové halušky	35	Vojenská pasta	44
S čalamádou, houbami a uzeninou	29	Vosí hnízda se skořicí	35	Puding a bábovka z těstovin	44
S jitrnicí	29	S tvarohem a ořechy	35	Špagetová omeleta	44
Vrtulové kuře	29	Zapékaná dobrůtka	35	Jarní „životabudič“	44
S kuřecími nudličkami	29	Nákyp s marmeládou a mákem	35	Salát „nudlořít“	45
S kuřecími játry	29	Nákyp s mandlemi	35	Barevné těstoviny	45
S kuřecími játry a brokolici	29	Nákyp nejen pro děti	35	Nudlový koláč	45
Rýžové nudle s kuřecím masem	29	Zapékaný banán	35	Špagetová pizza	45
Kuře v nudlích	29	Ovocná „lazaňa“ s tofu	35	Salát s čínským zelím a ananasem	45
S kuřecím masem, zeleninou a sýrem	29	Sladký nákyp s tofu	35	Kolínka zapečená s droždím	45