

**pondělí** 12. listopadu 2018

snídaně	Míchaná vejce po italsku, dřevorubecký chléb
svačina (dopolední)	Pomazánka s hruškami a medem, sladký kaštanový plátek
oběd	Sójové kuličky s kari omáčkou, květákový kuskus
svačina (odpolední)	Špenátový dip s ricottou, tortilové chipsy
večeře	Zeleninový páj s čedarem

**úterý** 13. listopadu 2018

snídaně	Pomazánka z uzeného sýra, sedlácká bageta
svačina (dopolední)	Cottage se sušenými rajčaty, knuspi
oběd	Čerstvé lasagne s opékaným lilkem
svačina (odpolední)	Mango dezert
večeře	Bulguroto s červenou řepou a kozím sýrem

**středa** 14. listopadu 2018

snídaně	Pórková pomazánka, pečivo
svačina (dopolední)	Borůvkový jogurt s cereáliemi
oběd	Mrkev na smetaně, barevná quinoa
svačina (odpolední)	Tvrdý sýr, fitchléb, cherry
večeře	Brambory zapečené s broskvemi a avokádem

**čtvrtek** 15. listopadu 2018

snídaně	Dýňová pomazánka s chia semínky, ciabatta
svačina (dopolední)	Dezert višň-vanilka
oběd	Naše těstoviny s houbami a parmazánem
svačina (odpolední)	Křenová pěna s toustíky
večeře	Tortilla se šmakounem, lilkem a batáty

**pátek** 16. listopadu 2018

snídaně	Lívanečky s lískovo-oříškovým krémem
svačina (dopolední)	Dip z červené čočky, žitné tyčinky
oběd	Kedgeree rýže s vejcem a tofu
svačina (odpolední)	Jahodový nápoj s goji
večeře	Cuketová musaka s rajčaty

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)