

**pondělí** 19. února 2018

|                     |  |
|---------------------|--|
| snídaně             | Migas - míchaná vejce s tortillou, mrkvový salát |
| svačina (dopolední) | Lesní mléčný nápoj                               |
| oběd                | Zelená tarhoňa s pečenými sójovými boby          |
| svačina (odpolední) | Pomazánka se šmakounem mexico, toastíky          |
| večeře              | Hlíva s buráky, pastiňákové pyré                 |

**úterý** 20. února 2018

|                     |  |
|---------------------|--|
| snídaně             | Sendvič se sýrem                       |
| svačina (dopolední) | Olivový cottage s křehkým plátkem      |
| oběd                | Naše těstoviny s ratatouille zeleninou |
| svačina (odpolední) | Čokoládová pěna s malinami             |
| večeře              | Zapečené kedlubny                      |

**středa** 21. února 2018

|                     |  |
|---------------------|--|
| snídaně             | Pomazánka ananasová, pečivo              |
| svačina (dopolední) | Okurková salsa, kukuřičník               |
| oběd                | Čočka s vejcem                           |
| svačina (odpolední) | Nudle s mákem a strouhaným tvarohem      |
| večeře              | Zeleninové placky s tofu, kukuřičná kaše |

**čtvrtek** 22. února 2018

|                     |   |
|---------------------|---|
| snídaně             | Pomazánka sýrová s kukuřicí, korn bageta          |
| svačina (dopolední) | Houbový tatarák, špaldový chléb                   |
| oběd                | Sójové kuličky se špenátovo-mandlovým dipem, pita |
| svačina (odpolední) | Tiramisu z ricotty                                |
| večeře              | Mrkev na smetaně, barevná quinoa                  |

**pátek** 23. února 2018

|                     |  |
|---------------------|--|
| snídaně             | Pomazánka z uzeného sýra, pečivo                         |
| svačina (dopolední) | Rajče s mozzarellou                                      |
| oběd                | Robi s omáčkou Satay, jasmínová rýže                     |
| svačina (odpolední) | Ovesná kaše s višněmi a vlašskými oříšky                 |
| večeře              | Květákové růžičky s kaparovou salsou, šťouchané brambory |

**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)