

**pondělí** 12. listopadu 2018

snídaně	Pomazánka z opečené šunky, chléb
svačina (dopolední)	Šlíšky s malinovou salsou
oběd	Treska s mascarpono-dýňovou omáčkou, rýže
svačina (odpolední)	Parmazánový dip, tyčinky
večeře	Kuřecí plátek na špenátu, gnochci

**úterý** 13. listopadu 2018

snídaně	Mléčná rýže se švestkami
svačina (dopolední)	Sýrová rolka, knuspi
oběd	Tortilla se zeleninou a mozzarellou
svačina (odpolední)	Meruňková bublanina
večeře	Vepřové kostky na celeru, těstoviny

**středa** 14. listopadu 2018

snídaně	Zapečený toust
svačina (dopolední)	Jablečný puding s piškoty
oběd	Masové karbanátky, bramborová kaše
svačina (odpolední)	Knuspi s čerstvým sýrem
večeře	Drůbeží roláda s ricottou, bulgur s karotkou

**čtvrtek** 15. listopadu 2018

snídaně	Míchaná vajíčka, kovářský chléb
svačina (dopolední)	Dezert višně-vanilka
oběd	Tarhoňové rizoto s chřestem a sýrem
svačina (odpolední)	Pizza s pečenou zeleninou a šunkou
večeře	Ryba se strouhankovou krustou, sladké brambory s máslem

**pátek** 16. listopadu 2018

snídaně	Cottage pomazánka s tuňákem, bageta
svačina (dopolední)	Pažitkové pomazánkové máslo, polníček, kukuřičník
oběd	Kuřecí se zeleninovou omáčkou, barevné těstoviny
svačina (odpolední)	Kukuřičné lupínky s bílým jogurtem
večeře	Dušené hovězí s cuketovými nudličkami, černá quinoa

**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)