

pondělí 16. července 2018

snídaně	Pomazánka vajíčková s lučinou, pečivo
svačina (dopolední)	Tuňák s olivami, cornie
oběd	Květákové placky s konopnými semínky, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Jogurt s pečeným jablkem
večeře	Vepřové s kedlubnami, krupky

úterý 17. července 2018

snídaně	Sýrová pomazánka s pórkem, pečivo
svačina (dopolední)	Cuketová polévka s mandlovými lupínky
oběd	Kořeněné hovězí s cizrnou a špenátem, gnocchi
svačina (odpolední)	Nudle s mákem a strouhaným tvarohem
večeře	Tmavá treska v kokosové omáčce, zeleninový bulgur

středa 18. července 2018

snídaně	Mrkvové muffiny s vanilkovým dezertem
svačina (dopolední)	Kukuřice se sýrem
oběd	Pečené maso s mangový čatný s rakytníkem, rýže
svačina (odpolední)	Cottage se sušenými rajčaty, knuspi
večeře	Zeleninové lečo se šunkou, pečivo

čtvrtek 19. července 2018

snídaně	Kuřecí pomazánka, pečivo
svačina (dopolední)	Salát z červené řepy a čerstvého sýru
oběd	Švédské kuličky ve smetanové omáčce, barevné gigli
svačina (odpolední)	Smoothie s dračím ovocem
večeře	Žampiony s kaší z červené čočky

pátek 20. července 2018

snídaně	Sendvič se sýrem a fíky
svačina (dopolední)	Zelenina s balkánským sýrem a zakysanou smetanou
oběd	Kuřecí nudličky s brokolicí, rýže
svačina (odpolední)	Palačinky s pistáciovým krémem a malinami
večeře	Gratinované brambory s chřestem a parmazánem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na www.zdravestravovani.cz/jidelnicek