

pondělí 12. listopadu 2018

snídaně	Míchaná vejce po italsku, dřevorubecký chléb
svačina (dopolední)	Opékané žampiony s bylinkovým sýrem, rohlíček
oběd	Vepřová panenka, cuketovník, dušené zelí
svačina (odpolední)	Cottage s jablkem a vlašskými ořechy
večeře	Masové kousky s květákovým kuskusem

úterý 13. listopadu 2018

snídaně	Zapečený zeleninový toust, ananas
svačina (dopolední)	Madeland se šunkou a zeleninou, knuspi
oběd	Kořeněné hovězí s cizrnou a špenátem, celozrnné těstoviny
svačina (odpolední)	Višňový tvaroh s kokosovými lupínky
večeře	Drůbeží játra s asijskou zeleninou, quinoa

středa 14. listopadu 2018

snídaně	Šunkové mousse, finský chléb
svačina (dopolední)	Tvrký sýr a fitchléb
oběd	Roláda plněná kukuřicí, basmati rýže
svačina (odpolední)	Švestkový dezert s kešu a čokoládou
večeře	Ryba s restovanou zeleninou a dipem

čtvrtek 15. listopadu 2018

snídaně	Míchaná vejce se šunkou, kovářský chléb
svačina (dopolední)	Šlehaný skořicový tvaroh s jablky
oběd	Cajunské vepřové se špaldou
svačina (odpolední)	Ricotta s parmazánem, kukuřičník
večeře	Králičí ragú se sušenými rajčaty a šťouchanými brambory

pátek 16. listopadu 2018

snídaně	Maková proteinová kaše s malinami
svačina (dopolední)	Pomazánka budapeštská, knäckebröt
oběd	Vepřové restované s chilli papričkami, zelenými fazolkami
svačina (odpolední)	Domácí kakaový termix
večeře	Masové kuličky s rajčatovou salsou, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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