

Monday 2. March 2026

breakfast	Bylinková pomazánka s goudou, papriky, bageta
snack (morning)	Okurková salsa s fetou, tyčinky
lunch	Květákové kari s panýrem a kokosovým mlékem, rýže
snack (afternoon)	Dezert s malinami a ořechy
dinner	Těstoviny s karotkovou omáčkou a parmazánem

Tuesday 3. March 2026

breakfast	Jáhlový dezert s švestkovým Míšou
snack (morning)	Dýňová polévka se semínky
lunch	Wrap s Chunks kousky, dresinkem a římským salátem
snack (afternoon)	Sýrové rolky s tymiánovým krémem, knuspi
dinner	Plněné žampiony s batátovou kaší, okurková salsa

Wednesday 4. March 2026

breakfast	Omeleta se sýrem, ředkev, pečivo
snack (morning)	Petrželkový krém, tyčinky
lunch	Čočkovo-ořechová sekaná, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Jogurt s jahodami a cereáliemi
dinner	Bezmasá Tikka Masala s jasmínovou rýží

Thursday 5. March 2026

breakfast	Mrkvová pomazánka, salát, pečivo
snack (morning)	Tvarohový dezert s oSTRUŽINAMI a quinoou
lunch	Špalíčky se špenátem a cuketou s pestem
snack (afternoon)	Cibulové čatni se sýrem Herold, trojhránky
dinner	Robi na arašídovém másle s paprikami, kuskus

Friday 6. March 2026

breakfast	Palačinky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
snack (morning)	Olivový cottage, salát, krekry
lunch	Seitan s dušeným červeným zelím, polenta
snack (afternoon)	Opékané houby s bylinkovým žervé, ciabatta
dinner	Bulgurový salát se zeleninou a čedarem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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