

**pondělí** 4. května 2026

snídaně	Frittata s brokolicí, salát, chléb
svačina (dopolední)	Tatarák z červené řepy, tyčinky
oběd	Červené kari s anansem, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Mangový chia dezert
večeře	Fazolové lusky na smetaně s vejcem, pečené brambory

**úterý** 5. května 2026

snídaně	Overnight oats s kešu-kakaovým krémem, malinami a kokosovými lupínky
svačina (dopolední)	Krémová pórková polévka s parmazánem
oběd	Penne s pomodoro salsou, kapary a sýrem
svačina (odpolední)	Žervé s čerstvým sýrem a celerovými hranolkami, rohlíček
večeře	Vegesekaná s pečivem a chilli dresinkem, zelný salát

**středa** 6. května 2026

snídaně	Cuketový závin s hermelínem, salát
svačina (dopolední)	Dezert s borůvkovým přelivem
oběd	Klaso s pekanovými ořechy a žampiony, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Smetanové avokádo, knuspi
večeře	Kuskusovo-cizrnová směs se sladkokyselou zálivkou a fetou

**čtvrtek** 7. května 2026

snídaně	Pomazánka liptovská, papriky, bageta
svačina (dopolední)	Cottage s vejcem a rukolou, trojhránky
oběd	Bulguroto s chřestem, parmazánem a čerstvými bylinkami
svačina (odpolední)	Dezert s ostružinami a marakujovým přelivem
večeře	Barevné těstoviny s ricottou a olivami

**pátek** 8. května 2026**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)