

pondělí 5. května 2025

snídaně	Pomazánka s mandlemi, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Borůvkový dezert s vanilkovou příchutí
oběd	Tortilla s lilkem a koprovým tofu
svačina (odpolední)	Pikantní pražené oříšky s cizrnou
večeře	Žampionová směs s pak choi, těstoviny

úterý 6. května 2025

snídaně	Tvarohové syrniki s mangovo-marakujovým přelivem a ricottovým krémem
svačina (dopolední)	Brokolicová polévka se semínky
oběd	Kokosové rizoto s hráškem a cuketou
svačina (odpolední)	Rajčatová salsa s čerstvým sýrem, ciabatta
večeře	Seitan se zeleninovou omáčkou, kuskus

středa 7. května 2025

snídaně	Míchaná vejce s kukuřicí a jarní cibulkou, papriky, bageta
svačina (dopolední)	Ricotta s olivami, salát, knuspi
oběd	Klaso s hořčično-medovou omáčkou, bulgur
svačina (odpolední)	Čokoládová pěna s chilli a jahodami
večeře	Balkánský sýr se špenátem a brusinkami, pečené brambory

čtvrtek 8. května 2025

snídaně	Pomazánka z červené řepy, kedlubna, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Restované houby s květákem a sýrovými chipsy
oběd	Špagety s paprikovým přelivem a čedarem
svačina (odpolední)	Tapiokový pudink s oSTRUŽINAMI a para ořechy
večeře	Šmakoun s pórkem a nivou, barevná quinoa

pátek 9. května 2025

snídaně	Chléb s pažitkovou florou a strouhaným sýrem, barevná mrkev
svačina (dopolední)	Pečený ananas s badyánem a bílým jogurtem
oběd	Robi plátek s hermelínem a karamelizovanou cibulí, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Cottage s petrželkou, salát, tyčinky
večeře	Dhál z červené čočky a mungo fazolek

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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