

Monday 10. November 2025

breakfast	Omeleta se špenátem, cherry rajčata, bageta
snack (morning)	Náš pribináček
lunch	Čína se zeleninou a sójovým masem, jasmínová rýže
snack (afternoon)	Pizza s mozzarellou, salát
dinner	Kroupoto s kapustou a uzeným eidamem

Tuesday 11. November 2025

breakfast	Pomazánka budapeštská, okurky, chléb
snack (morning)	Salát se šmakounem, karamelizovanou cibulí a dresinkem
lunch	Zapečené těstoviny se smetanovým pórkem a čedarem
snack (afternoon)	Tvarohový dezert s mangem a lupínky mandlí
dinner	Čočková směs s kozím sýrem a brusinkami

Wednesday 12. November 2025

breakfast	Snídaňové vločky s kokosem a oSTRUŽINAMI
snack (morning)	Houbový tatarák s výhonky hrášku, ředkev, tyčinky
lunch	Placičky s mrkví a dresinkem z fety, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Rajčatová salsa se sýrem, naše pečivo
dinner	Quinoa s červenou řepou a vejcem

Thursday 13. November 2025

breakfast	Avokádový sendvič se sýrem
snack (morning)	Meruňkový dezert se skořicí
lunch	Salát s opečeným sýrem Halloumi, bazalková zálivka, pečivo
snack (afternoon)	Brokolicový dip, barevná mrkev
dinner	Těstoviny s krémovou omáčkou s kukuřicí a tempehem

Friday 14. November 2025

breakfast	Hráškovo-mátová pomazánka, červená čekanka, chléb
snack (morning)	Restované papriky se sýrovými chipsy
lunch	Houbový Stroganoff s robí, špecle
snack (afternoon)	Čokoládová pěna s borůvkami a meduňkou
dinner	Zeleninová směs s nivou a semínky, bulgur s adzuki

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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