

Monday 11. August 2025

breakfast	Sendvič s lilkovou pěnou a sýrem, okurka
snack (morning)	Celerový salát s ředkvičkami a kešu, knuspi
lunch	Rajčatová směs s fazolemi, penne
snack (afternoon)	Citronový tvarohový krém s čokoládou
dinner	Quinoový salát se zeleninou a tempehem

Tuesday 12. August 2025

breakfast	Omeleta se sýrem, čekanka, ciabatta
snack (morning)	Cottage s bazalkou, salát, sýrové tyčinky
lunch	Tofu s krémovými žampiony, bulgur
snack (afternoon)	Pošírované hrušky s crêpe
dinner	Špagety s chřestovým přelivem a parmazánem

Wednesday 13. August 2025

breakfast	Kakaová ovesná kaše s banánem a pistáciemi
snack (morning)	Tvaroh na slano, cherry rajčata, trojhránky
lunch	Celozrnná tortilla se špenátem a Chunks kousky
snack (afternoon)	Hanácký salát s vejcem, pečivo
dinner	Zeleninové kuličky se smetanovou omáčkou, brambory

Thursday 14. August 2025

breakfast	Vajíčka na másle s pórkem, polníček, chléb
snack (morning)	Luštěninová paštika s žampiony, salát, tyčinky
lunch	Rizoto s červenou řepou se seitanem a dýňovými semínky
snack (afternoon)	Goji dezert
dinner	Gnocchi s pestem z avokáda a mozzarellou

Friday 15. August 2025

breakfast	Pažitková pomazánka s kozím sýrem, kedlubna, žitný chléb
snack (morning)	Mangový jogurt
lunch	Robi plátek s hermelínem a karamelizovanou cibulí, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Mrkvová krémová polévka s limetkou
dinner	Lilková musaka s černou čočkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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