

**pondělí** 13. dubna 2026

| | |
|---------------------|--|
| snídaně | Ricottovo-bryndzová pomazánka s rukolou, ředkvičky, ciabatta |
| svačina (dopolední) | Cottage s kapary, tyčinky |
| oběd | Zapečené těstoviny s houbami, brokolicí a modrým sýrem |
| svačina (odpolední) | Meruňky s tvarohovým krémem a lískovými ořechy |
| večeře | Klaso na kari s jasmínovou rýží |

úterý 14. dubna 2026

| | |
|---------------------|--|
| snídaně | Hermelín s brusinkovou florou, salát, chléb |
| svačina (dopolední) | Tvarohový dezert s mandarinkami a ořechy |
| oběd | Cizrnová kaše s vaječným muffinem |
| svačina (odpolední) | Okurková salsa se sezamovou zálivkou a panýrem, bageta |
| večeře | Ratatouille zelenina s fetou, pečené brambory |

středa 15. dubna 2026

| | |
|---------------------|---|
| snídaně | Tortilla s vejcem, čerstvým sýrem a salátem |
| svačina (dopolední) | Jogurtovo-tvarohový dezert s višněmi a javorovým sirupem |
| oběd | Pečený marinovaný seitan v hořčici s koprovou omáčkou, špalíčky |
| svačina (odpolední) | Dip s pečeným česnekem, kedlubna, knuspi |
| večeře | Kuskus se zeleninou, uzeným sýrem a tahini zálivkou |

čtvrtek 16. dubna 2026

| | |
|---------------------|--|
| snídaně | Lívanečky s čokoládovým krémem a malinami |
| svačina (dopolední) | Polévka z medvědího česneku s krutony |
| oběd | Rizoto s červenou řepou s mini mozzarellou a dýňovými semínky |
| svačina (odpolední) | Žampionové placičky s rozmarýnovým dipem, ředkev |
| večeře | Variace listových salátů s baby karotkou, sušenými rajčaty a šmakounem, pečivo |

pátek 17. dubna 2026

| | |
|---------------------|--|
| snídaně | Bagel s míchanými vejci a salátem, barevná mrkev |
| svačina (dopolední) | Trojhránky s paprikovou lučinou |
| oběd | Robi s fazolovými lusky a bramborami, dip z karamelizované šalotky |
| svačina (odpolední) | Tvarohový dezert se švestkami a chia |
| večeře | Cannelloni plněné špenátem v rajčatové omáčce |

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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