

**pondělí** 14. září 2020

snídaně	Pikantní míchaná vajíčka, chléb
svačina (dopolední)	Jogurt s pistáciemi a jahodovým pyré
oběd	Zapečené špalíčky s rajčaty a píními
svačina (odpolední)	Pomazánka z červeného zelí, minitousty
večeře	Robi v exotické mangovo-kokosové omáčce, rýže

**úterý** 15. září 2020

snídaně	Bageta s naším hummusem, zelenina
svačina (dopolední)	Pomazánka sýrová s kukuřicí, tyčinky
oběd	Naše pappardelle s tofu na chřestovém pestu
svačina (odpolední)	Višňový jogurt s cereáliemi
večeře	Hlíva s buráky, pastiňákové pyré

**středa** 16. září 2020

snídaně	Snídaňové vločky s kokosem a ananasem
svačina (dopolední)	Bylinkové žervé se sýrem, knuspi, ředkvičky
oběd	Cizrnová kaše s vaječným muffinem
svačina (odpolední)	Mozzarella s olivami
večeře	Špenátový bulgur se sójovými boby

**čtvrtek** 17. září 2020

snídaně	Sýrový muffin s dipem, zelenina
svačina (dopolední)	Mrkvový salát s jablkem a dýňovými semínky
oběd	Naše špagety s hráškovou omáčkou a šmakounem
svačina (odpolední)	Cottage s vejcem, kukuřičník
večeře	Houbový kuba s cibulkou

**pátek** 18. září 2020

snídaně	Pomazánka ořechová, pečivo, mandarinky
svačina (dopolední)	Zázvorovo - pomerančový nápoj
oběd	Bezmasá Tikka Masala s jasmínovou rýží
svačina (odpolední)	Mátová pěna, červená řepa
večeře	Květákové placky s konopnými semínky, pečené brambory

**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)