

pondělí 15. září 2025

snídaně	Houbovo-pórkový koláč
svačina (dopolední)	Tvarohový dezert s oSTRUŽINAMI
oběd	Tortilla se šmakounem na řecký způsob
svačina (odpolední)	Rolka se slunečnicovými semínky, ředkev, knuspi
večeře	Hráškové pyré se sušenými rajčaty a čerstvým sýrem, pečené brambory

úterý 16. září 2025

snídaně	Cizrnové lívanečky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
svačina (dopolední)	Cottage s dýňovými semínky, paprika, trojhránky
oběd	Rizoto s lilkem, pečenými rajčaty a parmazánem
svačina (odpolední)	Pečená růžičková kapusta s dipem, bageta
večeře	Klaso s dušenou mrkví, bulgur

středa 17. září 2025

snídaně	Dýňová pomazánka s chia semínkem, salát, ciabatta
svačina (dopolední)	Omeleta z vaječného bílku s nakládanou zeleninou
oběd	Halušky se zelím a uzeným tempehem
svačina (odpolední)	Jogurt s borůvkovým pyré, cereálie, blumy
večeře	Barevné fusilli se špenátem, sýrem a mandlemi

čtvrtek 18. září 2025

snídaně	Vajíčkový salát s uzeným sýrem, okurka, chléb
svačina (dopolední)	Cibulačka s opečenými kostičkami bylinkového pečiva
oběd	Indická květáková rýže s Halloumi, kokosovým mlékem a rýžovými nudlemi
svačina (odpolední)	Dezert s malinami a kešu
večeře	Směs s žampiony, rajčaty a goudou, kuskus

pátek 19. září 2025

snídaně	Sendvič s hermelínem, rukolou a brusinkovým chutney
svačina (dopolední)	Citronový tvarohový krém s čokoládou
oběd	Zapečené brambory s fazolemi a paprikovou omáčkou
svačina (odpolední)	Rajčata s polníčkem a madelandem
večeře	Nasi goreng rýže s uzeným tofu

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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