

pondělí 16. listopadu 2020

snídaně	Tvarohová pomazánka s brusinkami, pečivo, cherry rajčata
svačina (dopolední)	Mangové lassi
oběd	Holandský robí řízek s bramborovou kaší a okurkou
svačina (odpolední)	Olivový cottage, fitchléb
večeře	Šmakoun s pórkem a nivou, kuskus s granátovým jablkem

úterý 17. listopadu 2020

snídaně	Vajíčkový salát s uzeným sýrem a polníčkem, bageta
svačina (dopolední)	Smetanový dezert s malinami
oběd	Tortilla se zeleninovou směsí a mozzarellou
svačina (odpolední)	Pomazánka z červené řepy, rohlíček
večeře	Hlíva s buráky, pastiňákové pyré

středa 18. listopadu 2020

snídaně	Pomazánka z pečených paprik s olivami, římský salát, chléb
svačina (dopolední)	Špenátový dip, mini toasty, mrkev
oběd	Naše fleky s kapustou a tofu
svačina (odpolední)	Broskvové tiramisu
večeře	Špalíčky s vejcem a koprovou omáčkou

čtvrtek 19. listopadu 2020

snídaně	Pomazánka z brynzý, pečivo, mandarinky
svačina (dopolední)	Kukuřice se sýrem
oběd	Sójové nudličky v rajčatové omáčce, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Obilné polštářky s kokosovou náplní a bílým jogurtem
večeře	Plněné žampiony s krémovou paprikou, brambory, bylinkový dresink

pátek 20. listopadu 2020

snídaně	Krupicová kaše s jablky a skořicí
svačina (dopolední)	Hanácký salát s vejcem, křehký plátek
oběd	Penne s brokolicovou omáčkou a parmazánem
svačina (odpolední)	Pomazánka budapeštská, fitchléb
večeře	Klaso na celeru, basmati rýže s baby karotkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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