

Monday 17. November 2025**Tuesday** 18. November 2025

breakfast	Kakaový perník s medovým krémem
snack (morning)	Batátová pomazánka, knuspi
lunch	Zapečené palačinky s rajčatovou salsou, avokádem a sýrem
snack (afternoon)	Coleslaw, bageta
dinner	Šmakoun s pórkem a nivou, kuskus

Wednesday 19. November 2025

breakfast	Slaný koláč s olivami a rajčaty
snack (morning)	Skořicovo-kardamonové keřírové mléko
lunch	Dýňové rizoto s tempehem a parmazánem
snack (afternoon)	Tvarůžková pomazánka, okurky, trojhránky
dinner	Barevné fusilli se špenátem, sýrem a mandlemi

Thursday 20. November 2025

breakfast	Tvarohová pomazánka s brusinkami, rukola, žitný chléb
snack (morning)	Sladký krém s broskvemi a chia
lunch	Plněné žampiony s kukuřicí, batátová kaše
snack (afternoon)	Cottage s uzeným sýrem, papriky, pečivo
dinner	Seitan v kokosové omáčce, bulgur

Friday 21. November 2025

breakfast	Tortilla s vejcem, čerstvým sýrem a salátem
snack (morning)	Pastiňáková pomazánka se semínky, pizzové tyčinky
lunch	Řepovo-sójové kuličky s jogurtovým dresinkem, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Dezert na způsob tiramisu s jahodami
dinner	Dhál z červené čočky a mungo fazolek

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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