

pondělí 18. srpna 2025

snídaně	Tortilla se zeleninou a sýrem
svačina (dopolední)	Houbová terina s karamelizovanou cibulkou, tyčinky
oběd	Klaso na celeru, kuskus
svačina (odpolední)	Jablka s ricottou a cereáliemi
večeře	Pepřová omáčka s vejcem, pečené brambory

úterý 19. srpna 2025

snídaně	Pomazánka z pečených paprik, salát, bageta
svačina (dopolední)	Kedlubnové placičky s jogurtovým dipem
oběd	Špagety s ořechovým pestem, špenátem a kozím sýrem
svačina (odpolední)	Malinový dezert s vanilkovou příchutí
večeře	Cizrnový Chana dal

středa 20. srpna 2025

snídaně	Vaječný muffin s bylinkovo-citronovou florou, rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Kořeněné švestky se strouhaným tvarohem
oběd	Salát s opečeným Halloumi a bazalkovou zálivkou, brioška
svačina (odpolední)	Fazolová pomazánka, barevná mrkev
večeře	Šmakoun s glazovanou červenou řepou, kuskus

čtvrtek 21. srpna 2025

snídaně	Palačinky s jahodovým krémem
svačina (dopolední)	Pastiňáková pomazánka se semínky, pizzové tyčinky
oběd	Seitan s květákovou směsí, špalda
svačina (odpolední)	Chřestová polévka s čedarem
večeře	Plněné žampiony s mrkvovým pyré, ředkvičková salsa

pátek 22. srpna 2025

snídaně	Slaný koláč s olivami a rajčaty
svačina (dopolední)	Avokádová salsa, paprika, křehké pečivo
oběd	Pečené hrušky s nivou a robí, brambory
svačina (odpolední)	Banánový jogurt s konopnými semínky
večeře	Zeleninové rizoto se sýrem a ořechy

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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