

**pondělí** 20. května 2024

snídaně	Pečivo s rukolovou pomazánkou, salát
svačina (dopolední)	Citronový tvarohový krém s goji
oběd	Klaso s hořčično-medovou omáčkou, kuskus
svačina (odpolední)	Cottage se slunečnicovým semínkem, barevná mrkev
večeře	Rizoto se zeleninou a sýrem

úterý 21. května 2024

snídaně	Tvarohovo-čokoládový koláč, jahodový rozvar
svačina (dopolední)	Salát s ananasem, fenyklem a goudou
oběd	Zeleninový nákyp se sýrem a bramborami
svačina (odpolední)	Fitchléb s pažitkovým dipem
večeře	Seitan se zeleninovou omáčkou, těstoviny

středa 22. května 2024

snídaně	Míchaná vejce s uzeným sýrem, naše pečivo
svačina (dopolední)	Dip s provensálskými bylinkami a výhonky, zeleninové hranolky
oběd	Krémové batáty s cizrnou a kari, naan
svačina (odpolední)	Borůvkový jogurt, naše kakaové palačinky
večeře	Bulgur se špenátem a uzeným tofu

čtvrtek 23. května 2024

snídaně	Pomazánka z pečených paprik, náš chléb
svačina (dopolední)	Krémová polévka se zelenými fazolkami
oběd	Bramborové špalíčky s lilkem, cuketou a pestem z medvědího česneku
svačina (odpolední)	Jablka s ricottou a skořicovými cereáliemi
večeře	Špalda s červenou řepou a šmakounem

pátek 24. května 2024

snídaně	Blaťácké zlato s bazalkovým dipem, kedlubna, naše bageta
svačina (dopolední)	Ricotta s ostružinami a marakujovým pyré
oběd	Naše těstoviny s žampiony, pórkem a goudou
svačina (odpolední)	Pomazánka z černé čočky, salát dubáček, tyčinky
večeře	Brokolicové karbanátky s jogurtovým dresinkem, šťouchané brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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