

pondělí 22. dubna 2024

snídaně	Cottage s ementálem, římský salát, pečivo
svačina (dopolední)	Dezert se švestkovým pyré a chia
oběd	Kedgeree rýže s vejcem a seitanem
svačina (odpolední)	Zelenina s restovanou hlívu a parmazánem, trojhránky
večeře	Těstoviny se špenátem, goudou a mandlemi

úterý 23. dubna 2024

snídaně	Bageta s bazalkovou florou a čedarem, červená čekanka
svačina (dopolední)	Smoothie s lesním ovocem
oběd	Sekaná pečeně z robi s naší tatarkou, bramborová kaše
svačina (odpolední)	Cibulové čatni se sýrem, knuspi
večeře	Zeleninová směs s bulgurem a uzeným eidamem

středa 24. dubna 2024

snídaně	Náš žitný chléb s pórkovou pomazánkou
svačina (dopolední)	Restované papriky se sýrovými chipsy
oběd	Zapečené špalíčky s rajčaty a píními
svačina (odpolední)	Tvaroh s quinoou a malinami
večeře	Tofu v kari omáčce, rýže

čtvrtek 25. dubna 2024

snídaně	Míchaná vajíčka s brynzou, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Salsa z pečeného lilku, zeleninové hranolky
oběd	Těstoviny s pestem z pečené řepy
svačina (odpolední)	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večeře	Klaso s pažitkovou omáčkou, brambory

pátek 26. dubna 2024

snídaně	Krupicová kaše s hruškami a skořicí
svačina (dopolední)	Ředkvičkový mix s broskvemi, rohlíček
oběd	Sójové nudličky na arašídovém másle s paprikami, kuskus
svačina (odpolední)	Sýrové rolky s tymiánovým krémem, salát s granátovým jablkem
večeře	Houbový kuba s cibulkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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