

Monday 23. June 2025

breakfast	Hermelín s brusinkovou florou, okurka, pečivo
snack (morning)	Cottage s kukuřicí, salát, knuspi
lunch	Špagety s ořechovým pestem, špenátem a kozím sýrem
snack (afternoon)	Jogurt s borůvkovým pyré a cereáliemi
dinner	Šmakoun s omáčkou z lučiny, barevná quinoa

Tuesday 24. June 2025

breakfast	Řepový závin se sýrem, ledový salát
snack (morning)	Jahodové podmásli
lunch	Kuskus s pečenou cizrnou, růžičkovou kapustou a hořčicovým dresinkem
snack (afternoon)	Ricottový dip s ořechy, ředkvičky, rohlíček
dinner	Bezmasá Tikka Masala s rýží

Wednesday 25. June 2025

breakfast	Bylinková pomazánka s goudou, papriky, bageta
snack (morning)	Čekankový salát s para ořechy a čedarem
lunch	Zapečený bramborový koláč s tempehem
snack (afternoon)	Tvarohový dezert se švestkami a kešu
dinner	Cuketová směs s nivou a černým sezamem, bulgur

Thursday 26. June 2025

breakfast	Zapečená ricotta s oSTRUŽINOVÝM-mátovou omáčkou
snack (morning)	Pomazánka z černé čočky, salát, knuspi
lunch	Kedgeriee rýže s vejcem a seitanem
snack (afternoon)	Rajčatová salsa s čerstvým sýrem, ciabatta
dinner	Barevné těstoviny se zeleninou, kapary a parmazánem

Friday 27. June 2025

breakfast	Sendvič s polníčkovým pestem, ředkev
snack (morning)	Dezert s malinami a lískovými ořechy
lunch	Brynzové halušky s karamelizovanou cibulkou, okurkový salát s koprem
snack (afternoon)	Chřestová směs, cherry rajčata, trojhránky
dinner	Sójové nudličky s pečenými bramborami a naší tatarkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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