

pondělí 25. srpna 2025

snídaně	Cuketovo-kakaové muffiny s borůvkovým krémem
svačina (dopolední)	Kedlubny s paprikou, bazalkový tvaroh, knuspi
oběd	Bulgurový tabbouleh s vejcem a oříšky
svačina (odpolední)	Salát s mozzarellou a kapary
večeře	Mini karbanátky s bramborovou kaší, okurková salsa

úterý 26. srpna 2025

snídaně	Závin s chřestem, salát
svačina (dopolední)	Houbový tatarák s výhonky hrášku, ředkev, tyčinky
oběd	Čína se zeleninou a seitanem, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Ananasovo-mandarinkový mix s jogurtem a ořechy
večeře	Kuskusová směs s bylinkovým dresinkem a pečenou řepou

středa 27. srpna 2025

snídaně	Jáhlová kaše s malinami
svačina (dopolední)	Smetanový dip s provensálským kořením, okurka, pečivo
oběd	Mexická směs se sójou v tortille
svačina (odpolední)	Mrkvové placky s amarantem, petrželkový dresink, polníček
večeře	Těstoviny s ricottovo-cuketovým přelivem s fenylem

čtvrtek 28. srpna 2025

snídaně	Vajíčková směs s uzeným sýrem, salát, náš chléb
svačina (dopolední)	Jahodový kefír
oběd	Klaso s fazolovými lusky a šťouchanými brambory, dip z karamelizované šalotky
svačina (odpolední)	Sýrové rolky s tymiánovým krémem, křehké pečivo
večeře	Houbové bulguroto s čedarem

pátek 29. srpna 2025

snídaně	Zapečený chleba ve vajíčku s mozzarellou a salátem z červené řepy
svačina (dopolední)	Křenová pěna, salát, fitchléb
oběd	Lasagne se špenátem a sýrem
svačina (odpolední)	Tvarohový dezert s mangem a lupínky mandlí
večeře	Lilkové ragú s tempehem, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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