

**Monday** 27. April 2026

breakfast	Míchaná vajíčka s brynzou, barevná mrkev, chléb
snack (morning)	Sladký krém s broskvemi a chia
lunch	Robi sekaná s ricottou a bramborovou kaší, kyselé okurky
snack (afternoon)	Cuketová směs s balkánem a semínky
dinner	Houbový kuba s cibulkou a sýrem

Tuesday 28. April 2026

breakfast	Tortilla se zeleninou a sýrem
snack (morning)	Petrželkový krém, trojhránky
lunch	Smažená rýže na asijský způsob, tempeh
snack (afternoon)	Jahodová přesnídávka s hořkou čokoládou
dinner	Zapečené batáty s tuřínem a fazolovými lusky

Wednesday 29. April 2026

breakfast	Pomazánka s mandlemi, salát, pečivo
snack (morning)	Ananasovo-mandarinkový mix s jogurtem a ořechy
lunch	Fusilli se špenátem a ořechovým pestem
snack (afternoon)	Muffin z vaječného bílku s mrkví, kedlubna
dinner	Klaso s mangovým čatní, rýže

Thursday 30. April 2026

breakfast	Tvarohové syrniki s borůvkovým přelivem a ricottovým krémem
snack (morning)	Čekankový salát s čínským zelím a sýrem
lunch	Tofu s omáčkou z cuket a mascarpone, bulgur
snack (afternoon)	Koprový dip se sezamovými semínky, tyčinky
dinner	Brambory s červenou řepou, nivou a ořechy

Friday 1. May 2026**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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