

Monday 28. July 2025

breakfast	Závin s hlívou, ředkvičky
snack (morning)	Meruňkový krém s jogurtem
lunch	Špagety ala bolognese s parmazánem
snack (afternoon)	Sýrové tyčinky s paprikovým dipem, okurka
dinner	Brokolicevák, salát z červené řepy

Tuesday 29. July 2025

breakfast	Avokádová pomazánka s žervé, čekanka, chléb
snack (morning)	Celerový krém
lunch	Tortilla se špenátem a tempehem
snack (afternoon)	Tvarohový dezert s malinami
dinner	Falafel s karotkou, bramborová kaše

Wednesday 30. July 2025

breakfast	Zapečená vejce s paprikami, kedlubna, bageta
snack (morning)	Salát s kukuřicí a sýrem
lunch	Kari s jasmínovou rýží
snack (afternoon)	Čokoládová pěna s chilli a borůvkami
dinner	Těstoviny s chřestovým pestem

Thursday 31. July 2025

breakfast	Vanilková jáhlová kaše s oSTRUŽINAMI
snack (morning)	Salsa z pečeného lilku, salát, trojhránky
lunch	Čočkovo-špaldový salát
snack (afternoon)	Sýrový mix s libečkovým dipem, ředkev
dinner	Špalíčky s žampionovou omáčkou

Friday 1. August 2025

breakfast	Žitný chléb s pórkovou pomazánkou, červený dubáček
snack (morning)	Cottage s kapary a paprikou, fitchléb
lunch	Robi s mascaronovo-cuketovou omáčkou, pečené brambory
snack (afternoon)	Pečené švestky s medovým tvarohem
dinner	Kuskus se zeleninou, sýrem a tahini zálivkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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