

pondělí 29. dubna 2024

snídaně	Chléb s pomazánkou z čedaru
svačina (dopolední)	Salát Coleslaw, knuspi
oběd	Klaso s kešu omáčkou, hráškový bulgur
svačina (odpolední)	Borůvky s ricottovým krémem a cereáliemi
večeře	Quinoa s dýní, mini mozzarellou a píníemi

úterý 30. dubna 2024

snídaně	Sendvič plněný pomazánkou s ředkvičkami, cherry rajčata
svačina (dopolední)	Tvaroh s lesním ovocem
oběd	Čočková směs s kozím sýrem a brusinkami
svačina (odpolední)	Smetanové avokádo, červený dubáček, fitchléb
večeře	Zapečený šmakounový plátek s goudou, brambory s bylinkovým dresinkem

středa 1. května 2024

snídaně	Vaječná omeleta s madelandem, žitný chléb
svačina (dopolední)	Ananasovo-mandarinkový salát s jogurtem a ořechy
oběd	Naše barevné těstoviny s ricottou, olivami a tofu
svačina (odpolední)	Opékané žampiony s pažitkovým krémem, trojhránky
večeře	Rizoto se zelenými fazolkami, sýrem a čerstvými bylinkami

čtvrtek 2. května 2024

snídaně	Jahodový krém s čokoládou, kešu a croissantem
svačina (dopolední)	Rukolová polévka se semínky
oběd	Plněné papriky s dušenými artyčoky a parmazánem
svačina (odpolední)	Pistáciová pomazánka, salát, rohlíček
večeře	Robi s mascarponovo-cuketovou omáčkou, kuskus

pátek 3. května 2024

snídaně	Závin s uzeným sýrem a chřestem, okurka
svačina (dopolední)	Pomazánka s medvědí česnekem, tyčinky
oběd	Krémové brambory s marinovaným seitanem
svačina (odpolední)	Dezert na způsob tiramisu s malinami
večeře	Cannelloni plněné špenátem, pečené v rajčatové omáčce

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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