

**pondělí** 6. dubna 2026**úterý** 7. dubna 2026

snídaně	Míchaná vajíčka se šunkou, bulka
svačina (dopolední)	Tvarohovo-ricottový dezert s mátou, jablko
oběd	Rizoto s červenou řepou a kozím sýrem
svačina (odpolední)	Dip s provensálskými bylinkami a výhonky, ředkev, fitness chléb
večeře	Vepřové výpečky se zelím, cuketovník

středa 8. dubna 2026

snídaně	Ovesná kaše s borůvkami a ořechy
svačina (dopolední)	Křenová pěna, tyčinky
oběd	Těstovinový salát s kuřecím masem
svačina (odpolední)	Meloun se sýry a granátovým jablkem, pečivo
večeře	Rybí placičky s batátovou kaší a okurkou

čtvrtek 9. dubna 2026

snídaně	Řepový závin s balkánským sýrem, barevná mrkev
svačina (dopolední)	Skořicový mléčný nápoj
oběd	Směs čočky se zeleninovou směsí a opečeným halloumi
svačina (odpolední)	Tzatziki s křehkým pečivem
večeře	Špece se špenátem a klasem

pátek 10. dubna 2026

snídaně	Pečivo s pórkovou pomazánkou, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Pudinkový dezert s lesním ovocem a chia semínky
oběd	Krůtí nudličky s dýňovým přelivem, kuskus s pohankou
svačina (odpolední)	Cottage s parmskou šunkou a cuketou, pečivo
večeře	Koprová omáčka s vejcem, brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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