

Monday 5. January 2026

vegetable bowl	Italský okurkový salát
soup	Hrášková polévka s mátou
dessert	Drobenková buchta s hruškami
fresh	Hruškový fresh
fruit smoothie	Jahodovo-rybízové smoothie
vegetable smoothie	Bylinkové smoothie
dezert krémový	Tiramisu cheesecake s bílou čokoládou
breakfast	Frittata se špenátem, žampiony, avokádem a čerstvým sýrem, cherry rajčata, chléb

Tuesday 6. January 2026

vegetable bowl	Barevná mrkev s ředkví
soup	Polévka rybí s kapáním
dessert	Maková buchta s jablky
fresh	Pomerančový fresh
fruit smoothie	Smoothie mango, banán, borůvka
vegetable smoothie	Zelené celerové smoothie
dezert krémový	Vanilková pannacotta s oSTRUŽINOVÝM GLAZÉ
breakfast	Krupicová kaše s čokoládou

Wednesday 7. January 2026

vegetable bowl	Zeleninová směs s jablkem
soup	Farmářská polévka
dessert	Banánová buchta s kokosem
fresh	Jablečný fresh
fruit smoothie	Hruškové smoothie se zázvorem
vegetable smoothie	Broskvové smoothie s avokádem
dezert krémový	Mangový krém s praženým kokosem
breakfast	Batátové placky s tatarákem z uzeného lososa, okurky s jogurtovou zálivkou

Thursday 8. January 2026

vegetable bowl	Hanácký salát
soup	Kyselice s paprikovou klobásou a uzeným masem
dessert	Borůvková bublanina
fresh	Ananasový fresh
fruit smoothie	Meruňkovo-mandlové smoothie
vegetable smoothie	Zelené smoothie s hroznovým vínem
dezert krémový	Jablečný pudink s piškoty
breakfast	Sýrový sendvič, ředkvičky

Friday 9. January 2026

vegetable bowl	Salát s rukolou a cherry rajčaty
soup	Bramborová krémová polévka
dessert	Ořechová buchta
fresh	Mrkvový fresh
fruit smoothie	Višňové smoothie s arašídovým máslem
vegetable smoothie	Jablkové zelené smoothie
dezert krémový	Míša dezert s borůvkami
breakfast	Bageta s pestrou pomazánkou a římským salátem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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