

pondělí 2. března 2026

snídaně	Sendvič se šunkou a sýrem, ředkvičky
svačina (dopolední)	Termix s pistáciemi
oběd	Hovězí maso s odlehčenou svíčkovou omáčkou, cereální knedlík
svačina (odpolední)	Pomazánka z černé čočky, salát, rohlíček
večeře	Krůtí maso v medové marinádě, kuskus

úterý 3. března 2026

snídaně	Crumble se švestkami, skořicí a tvarohovým krémem
svačina (dopolední)	Mrkvový dip s výhonky, knuspi
oběd	Celozrnné těstoviny s hráškovým pestem a šunkou
svačina (odpolední)	Listové saláty se tofu a granátovým jablkem
večeře	Mořská treska na kari, jasmínová rýže

středa 4. března 2026

snídaně	Dýňová pomazánka s chia semínky, papriky, pečivo
svačina (dopolední)	Jahodový dezert s goji
oběd	Bramborákové kuře, salát z pekingského zelí
svačina (odpolední)	Rolka s tymiánovým krémem, trojhránky
večeře	Špenátová špalda se sušenými rajčata a mini mozzarellou

čtvrtek 5. března 2026

snídaně	Blaťácké zlato s petrželkovou pomazánkou, kedlubna, chléb
svačina (dopolední)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, meloun
oběd	Losos s wasabi dipem a restovanou zeleninou
svačina (odpolední)	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večeře	Kuřecí konfit s žampiony, bramborová kaše

pátek 6. března 2026

snídaně	Míchaná vejce s mozzarellou, okurka, bageta
svačina (dopolední)	Bylinkový cottage, tyčinky
oběd	Krůtí na bylinkách s paprikovým chutney, bulgur
svačina (odpolední)	Malinové lassi
večeře	Celozrnné penne s kapustou a hovězím masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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