

pondělí 9. června 2025

snídaně	Pohanková kaše s jahodami a kešu
svačina (dopolední)	Šunková pěna, ředkvičky, knuspi
oběd	Quinoa kuličky se špenátem a dresinkem, šťouchané brambory
svačina (odpolední)	Studená chřestová polévka s parmazánem
večeře	Krémové fazole s rozmarýnem a kuřecím masem

úterý 10. června 2025

snídaně	Pomazánka s mandlemi a ementálem, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Malinový jogurt s cereáliemi
oběd	Těstoviny s lososem a koprovo-citronovým dresinkem
svačina (odpolední)	Cottage s kapary, paprika, trojhránky
večeře	Bramborákové krůtí maso, strouhaná řepa

středa 11. června 2025

snídaně	Jablková buchta s ořechy, švestkový krém
svačina (dopolední)	Mrkvovo-celerový salát s čerstvým sýrem
oběd	Hovězí kousky s hořčicí a vejcem, rýže
svačina (odpolední)	Hráškový dip, dubáček, tyčinky
večeře	Špalda s restovanou zeleninou, šunkou a čedarem

čtvrtek 12. června 2025

snídaně	Míchaná vajíčka s brynzou, okurky, chléb
svačina (dopolední)	Borůvkový dezert s vlašskými ořechy
oběd	Krůtí kostky s žampiony a cibulkovým dresinkem, batáty
svačina (odpolední)	Bazalkové pesto se šunkou, pečivo
večeře	Hovězí gyros s celozrnnou pitou a zelným salátem

pátek 13. června 2025

snídaně	Pomazánka se šmakounem, kedlubna, náš chléb
svačina (dopolední)	Kukuřice s čedarem a římským salátem
oběd	Kuřecí maso na pórku, kuskus
svačina (odpolední)	Šlehaný tvaroh s hruškami, skořicí a chia
večeře	Červené thajské kari s krevetami, jasmínová rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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