

**Monday** 9. June 2025

breakfast	Pohanková kaše s jahodami a kešu
snack (morning)	Šunková pěna, ředkvičky, knuspi
lunch	Quinoa kuličky se špenátem a dresinkem, šťouchané brambory
snack (afternoon)	Studená chřestová polévka s parmazánem
dinner	Krémové fazole s rozmarýnem a kuřecím masem

Tuesday 10. June 2025

breakfast	Pomazánka s mandlemi a ementálem, salát, pečivo
snack (morning)	Malinový jogurt s cereáliemi
lunch	Těstoviny s lososem a koprovo-citronovým dresinkem
snack (afternoon)	Cottage s kapary, paprika, trojhránky
dinner	Bramborákové krůtí maso, strouhaná řepa

Wednesday 11. June 2025

breakfast	Jablková buchta s ořechy, švestkový krém
snack (morning)	Mrkvovo-celerový salát s čerstvým sýrem
lunch	Hovězí kousky s hořčicí a vejcem, rýže
snack (afternoon)	Hráškový dip, dubáček, tyčinky
dinner	Špalda s restovanou zeleninou, šunkou a čedarem

Thursday 12. June 2025

breakfast	Míchaná vajíčka s brynzou, okurky, chléb
snack (morning)	Borůvkový dezert s vlašskými ořechy
lunch	Krůtí kostky s žampiony a cibulkovým dresinkem, batáty
snack (afternoon)	Bazalkové pesto se šunkou, pečivo
dinner	Hovězí gyros s celozrnnou pitou a zelným salátem

Friday 13. June 2025

breakfast	Pomazánka se šmakounem, kedlubna, náš chléb
snack (morning)	Kukuřice s čedarem a římským salátem
lunch	Kuřecí maso na pórku, kuskus
snack (afternoon)	Šlehaný tvaroh s hruškami, skořicí a chia
dinner	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