

pondělí 11. srpna 2025

snídaně	Pomazánka s pistáciemi, salát, chléb
svačina (dopolední)	Okurkový salát se zálivkou a fetou, rohlíček
oběd	Cizrnová kaše s vaječným muffinem
svačina (odpolední)	Jogurt s ořechy a arašídovým máslem
večeře	Hovězí nudličky se sýrovou omáčkou, kuskus

úterý 12. srpna 2025

snídaně	Frittata s kukuřicí, ředkvičky, bageta
svačina (dopolední)	Rajčatová salsa s čerstvým sýrem, trojhránky
oběd	Černá rýže s krevetami a cuketou
svačina (odpolední)	Dezert stracciatella s lesním ovocem
večeře	Drůbeží závitky s paprikou, pečené brambory

středa 13. srpna 2025

snídaně	Pečený müsli dezert se šlehaným jahodovým tvarohem
svačina (dopolední)	Pórková polévka s čedarem
oběd	Krůtí maso na houbách, celozrnné penne
svačina (odpolední)	Šunková pěna, kedlubna, knuspi
večeře	Bulgur s chřestem, sýrem a piniemi

čtvrtek 14. srpna 2025

snídaně	Blaťácké zlato s petrželkovou pomazánkou, barevná paprika, náš chléb
svačina (dopolední)	Jogurt s meduňkou a borůvkovým pyré
oběd	Tortilla se zelenými fazolkami a kuřecím masem
svačina (odpolední)	Cottage s vejcem, salát, tyčinky
večeře	Losos s wasabi dresinkem, restovaný květák, špalda

pátek 15. srpna 2025

snídaně	Avokádová salsa se strouhaným sýrem Herold, meloun, naše pečivo
svačina (dopolední)	Lilková směs s baby karotkou a uzeným tofu
oběd	Španělský ptáček naruby, brambory, salát z červené řepy
svačina (odpolední)	Fitchléb s žervé a hráškovými výhonky
večeře	Krůtí nudličky v mangovo-kokosové omáčce, 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