

**Monday** 11. August 2025

breakfast	Pomazánka s pistáciemi, salát, chléb
snack (morning)	Okurkový salát se zálivkou a fetou, rohlíček
lunch	Cizrnová kaše s vaječným muffinem
snack (afternoon)	Jogurt s ořechy a arašídovým máslem
dinner	Hovězí nudličky se sýrovou omáčkou, kuskus

Tuesday 12. August 2025

breakfast	Frittata s kukuřicí, ředkvičky, bageta
snack (morning)	Rajčatová salsa s čerstvým sýrem, trojhránky
lunch	Černá rýže s krevetami a cuketou
snack (afternoon)	Dezert stracciatella s lesním ovocem
dinner	Drůbeží závitky s paprikou, pečené brambory

Wednesday 13. August 2025

breakfast	Pečený müsli dezert se šlehaným jahodovým tvarohem
snack (morning)	Pórková polévka s čedarem
lunch	Krůtí maso na houbách, celozrnné penne
snack (afternoon)	Šunková pěna, kedlubna, knuspi
dinner	Bulgur s chřestem, sýrem a piniemi

Thursday 14. August 2025

breakfast	Blaťácké zlato s petrželkovou pomazánkou, barevná paprika, náš chléb
snack (morning)	Jogurt s meduňkou a borůvkovým pyré
lunch	Tortilla se zelenými fazolkami a kuřecím masem
snack (afternoon)	Cottage s vejcem, salát, tyčinky
dinner	Losos s wasabi dresinkem, restovaný květák, špalda

Friday 15. August 2025

breakfast	Avokádová salsa se strouhaným sýrem Herold, meloun, naše pečivo
snack (morning)	Lilková směs s baby karotkou a uzeným tofu
lunch	Španělský ptáček naruby, brambory, salát z červené řepy
snack (afternoon)	Fitchléb s žervé a hráškovými výhonky
dinner	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