

**pondělí 16. června 2025**

snídaně	Pomazánka rybí s hráškovými výhonky, polníček, pečivo
svačina (dopolední)	Citronový dezert s jahodami a konopnými semínky
oběd	Špenátové rizoto se šunkou a parmazánem
svačina (odpolední)	Čerstvý sýr s kapary, ředkvičky, rohlíček
večeře	Kuřecí kousky s glazovanou karotkou, těstoviny

úterý 17. června 2025

snídaně	Sendvič s houbami a šunkou, bílá ředkev
svačina (dopolední)	Křenová pěna, barevná paprika, žitné tyčinky
oběd	Masová sekaná s bramborovou kaší, kyselé okurky
svačina (odpolední)	Mangové lassi, sušené ovoce
večeře	Cizrnový Chana daal s krůtím masem

středa 18. června 2025

snídaně	Naše granola s malinovým jogurtem
svačina (dopolední)	Pestrý salát se strouhaným tofu a dresinkem
oběd	Trhané kuřecí maso s tzatziki, kornbageta
svačina (odpolední)	Rukolový cottage, ananas
večeře	Treska v kokosové omáčce, hráškový kuskus

čtvrtek 19. června 2025

snídaně	Pažitková pomazánka s kozím sýrem, římský salát, žitný chléb
svačina (dopolední)	Dezert s oSTRUŽINAMI a arašídovým máslem
oběd	Krůtí maso s fazolkami, bulgur
svačina (odpolední)	Meloun se sýry a granátovým jablkem, trojhránky
večeře	Zeleninová směs s balkánem a kešu, pečené brambory

pátek 20. června 2025

snídaně	Vaječný muffin s madelandem, cherry rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Knuspi s lilkovou philadelphií a šunkou, kedlubna
oběd	Celozrnné linguine se zelím z červené řepy a tuňákem
svačina (odpolední)	Termix s pistáciemi
večeře	Hovězí maso s brokolicovou omáčkou, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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