

Monday 18. August 2025

breakfast	Kaše s borůvkami a čokoládou
snack (morning)	Rajčata s polníčkem a madelandem
lunch	Salát s kuřecím masem, oříšky a švestkovým dresinkem
snack (afternoon)	Sýrový tatarák s hráškovými výhonky, okurky, křehký plátek
dinner	Treska s dušenou mrkví, rýže s hráškem

Tuesday 19. August 2025

breakfast	Rukolové máslo, meloun, pečivo
snack (morning)	Krémové žervé celerovými hranolkami, tyčinky
lunch	Dhál z červené čočky a mungo fazolek
snack (afternoon)	Náš kakaový termix
dinner	Hovězí kostky s mascarponovo-cuketová omáčkou, quinoa

Wednesday 20. August 2025

breakfast	Vaječný muffin s cuketou a parmazánem, paprika, náš chléb
snack (morning)	Šlehaný tvaroh s jahodami
lunch	Rybí kuličky s ředkvičkovou salsou, pečené batáty
snack (afternoon)	Brynzový dip s koprem, salát, křehké pečivo
dinner	Krůtí kostky s žampionovou omáčkou, kuskus

Thursday 21. August 2025

breakfast	Špenátová pomazánka, cherry rajčata, chléb
snack (morning)	Šunková variace s okurkovým salátem, trojhránky
lunch	Králičí hřbet na víně s kořenovou zeleninou, rýže
snack (afternoon)	Mangové lassi, sušené ovoce
dinner	Lilková musaka s fazolemi

Friday 22. August 2025

breakfast	Pomazánka rybí, salát, pečivo
snack (morning)	Jogurt s lesním ovocem a ořechy
lunch	Krůtí kostky s brokolicí, celozrnné těstoviny
snack (afternoon)	Carpaccio z červené řepy s mozzarellou a rohlíček
dinner	Mleté maso s bramborami, chřestem a bazalkovým dresinkem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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