

pondělí 21. září 2026

snídaně	Pažitková pomazánka s kozím sýrem, kedlubna, bageta
svačina (dopolední)	Šunka s mozzarellou, knuspi
oběd	Barevný středomořský těstovinový salát s tuňákem
svačina (odpolední)	Pudink z quinoj s ostružinovým pyré
večeře	Hovězí kousky s hořčicí a vejcem, rýže

úterý 22. září 2026

snídaně	Sendvič s pórkovou pomazánkou a sýrem
svačina (dopolední)	Jogurt s mangovým pyré
oběd	Celerovo-bramborový gratin s krůtím masem
svačina (odpolední)	Křenová pěna, cherry, fitchléb
večeře	Bulgur s čočkovo-žampionovou směsí a balkánem

středa 23. září 2026

snídaně	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
svačina (dopolední)	Restované papriky se sýrovými chipsy
oběd	Dýňové rizoto s hovězími kousky
svačina (odpolední)	Tvaroh s ricottou a malinami
večeře	Kuřecí kousky s bylinkovou omáčkou, kuskus

čtvrtek 24. září 2026

snídaně	Lívanečky s jahodovo-mátovou omáčkou, javorovým krémem a ořechy
svačina (dopolední)	Batátová polévka
oběd	Zeleninový salát s tofu a mrkvovým dresinkem s misem
svačina (odpolední)	Cottage s vejcem, tyčinky
večeře	Čínské krůtí Kung Pao, nudle

pátek 25. září 2026

snídaně	Pomazánka z uzeného sýru, zelenina, chléb
svačina (dopolední)	Dezert s borůvkami a chia
oběd	Trhané kuřecí maso s BBQ dipem a pečivem
svačina (odpolední)	Salát s pečenou řepou, sýrem a pekany
večeře	Treska na květákovém mozečku, šťouchané brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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