

Monday 21. September 2026

breakfast	Pažitková pomazánka s kozím sýrem, kedlubna, bageta
snack (morning)	Šunka s mozzarellou, knuspi
lunch	Barevný středomořský těstovinový salát s tuňákem
snack (afternoon)	Pudink z quinoj s ostružinovým pyré
dinner	Hovězí kousky s hořčicí a vejcem, rýže

Tuesday 22. September 2026

breakfast	Sendvič s pórkovou pomazánkou a sýrem
snack (morning)	Jogurt s mangovým pyré
lunch	Celerovo-bramborový gratin s krůtím masem
snack (afternoon)	Křenová pěna, cherry, fitchléb
dinner	Bulgur s čočkovo-žampionovou směsí a balkánem

Wednesday 23. September 2026

breakfast	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
snack (morning)	Restované papriky se sýrovými chipsy
lunch	Dýňové rizoto s hovězími kousky
snack (afternoon)	Tvaroh s ricottou a malinami
dinner	Kuřecí kousky s bylinkovou omáčkou, kuskus

Thursday 24. September 2026

breakfast	Lívanečky s jahodovo-mátovou omáčkou, javorovým krémem a ořechy
snack (morning)	Batátová polévka
lunch	Zeleninový salát s tofu a mrkvovým dresinkem s misem
snack (afternoon)	Cottage s vejcem, tyčinky
dinner	Čínské krůtí Kung Pao, nudle

Friday 25. September 2026

breakfast	Pomazánka z uzeného sýru, zelenina, chléb
snack (morning)	Dezert s borůvkami a chia
lunch	Trhané kuřecí maso s BBQ dipem a pečivem
snack (afternoon)	Salát s pečenou řepou, sýrem a pekany
dinner	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