

pondělí 23. března 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 24. března 2026

snídaně	Míchaná vejce s pórkem, chléb
svačina (dopolední)	Křenová pěna, cherry, fitchléb
oběd	Celerovo-bramborový gratin s krůtím masem
svačina (odpolední)	Jogurt s mangovým pyré, kiwi
večeře	Bulgur s čočkovo-žampionovou směsí a balkánem

středa 25. března 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 kostky s bylinkovou omáčkou, kuskus

čtvrtek 26. března 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, rýžové nudle

pátek 27. března 2026

snídaně	Pomazánka z uzeného sýru, salát, 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