

Monday 27. July 2026

breakfast	Cottage s ementálem, cherry rajčata, chléb
snack (morning)	Hruškový tvaroh
lunch	Těstoviny s kukuřičným pestem a kuřecím masem
snack (afternoon)	Avokádový dip, tyčinky
dinner	Masová sekaná s batátovou kaší, kyselé okurky

Tuesday 28. July 2026

breakfast	Míchaná vejce se šunkou, paprika, bageta
snack (morning)	Borůvkový krém s tvarohem se špaldovými lupínky
lunch	Krůtí s omáčkou s pak choi a olivami, bulgur
snack (afternoon)	Hummus, okurkové hranolky
dinner	Tortilla s uzeným lososem, pečenými rajčaty a zelenými fazolkami

Wednesday 29. July 2026

breakfast	Lívanečky s přelivem z lesního ovoce a tvarohovým krémem
snack (morning)	Pórková polévka s parmazánem
lunch	Jelení ragú, salát s fenyklem, zlatý kuskus
snack (afternoon)	Pomazánka s pažitkou, salát, trojhránky
dinner	Mrkvové placky se šmakounem a kaparovým dresinkem, šťouchané brambory

Thursday 30. July 2026

breakfast	Sendvič s houbami a šunkou, bílá ředkev
snack (morning)	Krém s pečeným česnekem, knuspi
lunch	Candát s červenou řepou, citronovo-koprovým dresinkem, quinoa
snack (afternoon)	Jahodový dezert s čokoládou
dinner	Kuřecí maso s paprikovou omáčkou z lučiny, penne

Friday 31. July 2026

breakfast	Jablečno-skořicový dezert, bílý jogurt
snack (morning)	Salát s mozzarellou a šunkou
lunch	Špenát s ricottou, brusinkami a piniemi, pečené brambory
snack (afternoon)	Pečivo s vejcem a tuňákem
dinner	Krůtí nudličky s omáčkou Teriyaki, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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