

Monday 27. October 2025

breakfast	Cizrnové lívanečky s malinovým krémem
snack (morning)	Cottage s bazalkou, kedlubna, tyčinky
lunch	Bulgur s červenou řepou a kozím sýrem
snack (afternoon)	Ricottový dip s ořechy a čerstvým sýrem, pečivo
dinner	Kuřecí nugetky s dipem, brambory s restovanou zeleninou

Tuesday 28. October 2025

breakfast	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
snack (morning)	Švestkový dezert s vlašskými ořechy
lunch	Krůtí maso s omáčkou z lučiny, rýže
snack (afternoon)	Rajčatová terina, sýrové tyčinky
dinner	Salát s trhaným hovězím masem a dresinkem

Wednesday 29. October 2025

breakfast	Kaše s mangem, čokoládou a borůvkami
snack (morning)	Křenová pěna, okurky, fitchléb
lunch	Treska s pistáciovým pestem, pečené brambory
snack (afternoon)	Listové saláty s kuřecím masem a jogurtovou zálivkou
dinner	Fazole v rajčatové omáčce s parmazánem

Thursday 30. October 2025

breakfast	Avokádový sendvič se sýrem, papriky
snack (morning)	Karotková polévka
lunch	Těstoviny s dušeným červeným zelím a hovězím masem
snack (afternoon)	Tvarohová směs s jáhlami a oSTRUŽINAMI
dinner	Krůtí kostky s krémovými houbami, zlatá rýže

Friday 31. October 2025

breakfast	Francouzská omeleta, salát, chléb vitamínek
snack (morning)	Hruškový tvaroh
lunch	Směs z černé čočky s opečeným panýrem
snack (afternoon)	Petrželková pomazánka s pekany, knuspi
dinner	Celozrnná tortilla s pečenou dýní a uzeným lososem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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