

Monday 28. July 2025

breakfast	Pomazánka s krůtím masem a výhonky, papriky, chléb
snack (morning)	Čokoládový proteinový nápoj, ananas
lunch	Dušené hovězí kostky se sušenými švestkami a mandlemi, rýže
snack (afternoon)	Salát s pečenými batáty, sýrem a arašídy
dinner	Špalda s cuketovým zelím, parmskou šunkou a piniemi

Tuesday 29. July 2025

breakfast	Zapečená vejce s mozzarellou, cherry rajčata, bageta
snack (morning)	Chia dezert s višněmi a vanilkovou příchutí
lunch	Kuřecí nudličky s pórkem a žampiony, kuskus
snack (afternoon)	Pomazánka z černé čočky, salát, rohlíček
dinner	Okoun s bazalkou a bramborovým pyré

Wednesday 30. July 2025

breakfast	Pita s fíkovou marmeládou a strouhaným tvarohem
snack (morning)	Mrkvovo-celerový salát s fetou
lunch	Luštěninová směs s vejcem, granátovým jablkem a pekany, medová zálivka
snack (afternoon)	Cottage s uzeným lososem, kedlubna, knuspi
dinner	Krůtí kostky s krémovou omáčkou, bulgur

Thursday 31. July 2025

breakfast	Pomazánka z lučiny a restované šunky, barevná mrkev, naše pečivo
snack (morning)	Kokosový dezert s malinami
lunch	Těstovinový salát s krevetami a koprem
snack (afternoon)	Čerstvý sýr s kapary, meloun, trojhránky
dinner	Kuřecí nudličky s paprikovým chutney, rýže

Friday 1. August 2025

breakfast	Meruňkový jogurt s naší granolou
snack (morning)	Okurkový salát se sýrem a žitným chlebem
lunch	Zapečené brambory se zeleninou a krůtím masem, teplá lilková salsa s mátovým dresinkem
snack (afternoon)	Opékané žampiony s bylinkovým krémem, tyčinky
dinner	Boloňské celozrnné těstoviny

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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