

Monday 30. June 2025

breakfast	Makové muffiny s meruňkovým krémem
snack (morning)	Restovaná mrkev s lilkem a sýrovým chipsem
lunch	Salát z celozrnných těstovin s tuňákem, mini mozzarellou a dýňovými semínky
snack (afternoon)	Rolka s tymiánovým krémem, rohlíček
dinner	Kuřecí nudličky s citronovým přelivem, špalda

Tuesday 1. July 2025

breakfast	Sendvič s lososem, ředkvičky
snack (morning)	Cottage s římským kmínem, tyčinky
lunch	Krůtí nugetky s dipem, brambory s restovanou zeleninou
snack (afternoon)	Čokoládový krém s rybízem
dinner	Fazole v rajčatové omáčce s parmazánem

Wednesday 2. July 2025

breakfast	Pomazánka z uzeného sýru, barevná mrkev, pečivo
snack (morning)	Melounové smoothie s chia semínky
lunch	Hovězí s červenou řepou a koprem, rýže
snack (afternoon)	Salát s kapary, opečeným sýrem a dresinkem
dinner	Treska s květákovým mozečkem

Thursday 3. July 2025

breakfast	Hermelín s brusinkovou florou, okurka, pečivo
snack (morning)	Teplá cuketová směs s parmskou šunkou, knuspi
lunch	Kuřecí roláda plněná čedarem a žampiony, bulgur
snack (afternoon)	Dezert s mangovo-marakujovým pyré a kokosovými lupínky
dinner	Sekaná se zelenými fazolkami, štouchané brambory

Friday 4. July 2025

breakfast	Ořechová pomazánka, cherry, náš chléb
snack (morning)	Švestkový jogurt s mandlemi
lunch	Špenát s ricottou, morušemi a balkánem, kuskus
snack (afternoon)	Vejce s hráškovými výhonky a krémovou salsou, trojhránky
dinner	Čínské krůtí Kung Pao, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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