

pondělí 2. března 2026

snídaně	Míchaná vejíčka s brynzou, cherry rajčata, chléb
oběd	Květákové kari s panýrem a kokosovým mlékem, rýže
večeře	Hovězí nudličky na žampionech, kuskus

úterý 3. března 2026

snídaně	Hruškový muffin s javorovým krémem a malinami
oběd	Vepřový segedínský guláš s těstovinami
večeře	Pečený losos s fitness tatarkou, brambory

středa 4. března 2026

snídaně	Pečivo s kukuřičnou pomazánkou, barevná paprika
oběd	Wrap s kuřecími kousky a parmazánovým dresinkem
večeře	Zelená čočka v rajčatové omáčce, zlatá rýže s římským kmínem

čtvrtek 5. března 2026

snídaně	Slaný závin se zeleninou a uzeným masem, kedlubna
oběd	Špalíčky se špenátem a cuketou s pestem
večeře	Kuře na paprice, barevné těstoviny

pátek 6. března 2026

snídaně	Palačinky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
oběd	Krůtí maso s přelivem z lučiny a zelenými fazolkami, batáty
večeře	Bulguroto s červenou řepou, šunkou a balkánem

sobota 7. března 2026

snídaně	Vaječná omeleta se sýry, pečivo
oběd	Okoun s citronovým přelivem, šťouchané brambory
večeře	Kuskusový salát s fetou, cizrnou a dýňovým semínkem

neděle 8. března 2026

snídaně	Panini s bazalkovým pestem, mozzarellou a rajčaty
oběd	Hovězí kousky s vlaškými ořechy a žampiony, barevné těstoviny
večeře	Krůtí kapsa plněná ricottou s parmskou šunkou a čedarem, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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