

Monday 2. March 2026

breakfast	Míchaná vejíčka s brynzou, cherry rajčata, chléb
lunch	Květákové kari s panýrem a kokosovým mlékem, rýže
dinner	Hovězí nudličky na žampionech, kuskus

Tuesday 3. March 2026

breakfast	Hruškový muffin s javorovým krémem a malinami
lunch	Vepřový segedínský guláš s těstovinami
dinner	Pečený losos s fitness tatarkou, brambory

Wednesday 4. March 2026

breakfast	Pečivo s kukuřičnou pomazánkou, barevná paprika
lunch	Wrap s kuřecími kousky a parmazánovým dresinkem
dinner	Zelená čočka v rajčatové omáče, zlatá rýže s římským kmínem

Thursday 5. March 2026

breakfast	Slaný závin se zeleninou a uzeným masem, kedlubna
lunch	Špalíčky se špenátem a cuketou s pestem
dinner	Kuře na paprice, barevné těstoviny

Friday 6. March 2026

breakfast	Palačinky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
lunch	Krůtí maso s přelivem z lučiny a zelenými fazolkami, batáty
dinner	Bulguroto s červenou řepou, šunkou a balkánem

Saturday 7. March 2026

breakfast	Vaječná omeleta se sýry, pečivo
lunch	Okoun s citronovým přelivem, štouchané brambory
dinner	Kuskusový salát s fetou, cizrnou a dýňovým semínkem

Sunday 8. March 2026

breakfast	Panini s bazalkovým pestem, mozzarellou a rajčaty
lunch	Hovězí kousky s vlašskými ořechy a žampiony, barevné těstoviny
dinner	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