

Monday 3. November 2025

breakfast	Sendvič se šunkou, salát
lunch	Krůtí nudličky se sýrovou omáčkou, bulgur, červená řepa
dinner	Žampionová směs s pak choi, těstoviny

Tuesday 4. November 2025

breakfast	Lívance s malinovým rozvarem a chia
lunch	Pražma s kešu-sezamovou krustou a dresinkem, pečené brambory
dinner	Kuřecí kostky s pórkem a gorgonzolou, kuskus

Wednesday 5. November 2025

breakfast	Dýňová pomazánka se semínky, okurky, náš chléb
lunch	Tortilla s čočkovým ragú
dinner	Hovězí nudličky s pepřovou omáčkou, zeleninová rýže

Thursday 6. November 2025

breakfast	Jogurtový krém s borůvkovým pyré a pečeným müsli
lunch	Mleté maso s chilli jogurtem, barevné těstoviny
dinner	Zapečené špalíčky s rajčaty a uzeným sýrem

Friday 7. November 2025

breakfast	Omeleta se sýrem, ředkev, ciabatta
lunch	Kuřecí roláda s cibulkovo-šunkovou náplní, rýže
dinner	Fazolovo-ořechová sekaná, bramborová kaše

Saturday 8. November 2025

breakfast	Květákové kari s kukuřicí, náš chléb
lunch	Krůtí špíz s halloumi a restovanou zeleninou, tymiánový dresink
dinner	Husté Pho s tofu

Sunday 9. November 2025

breakfast	Pomazánka z pečeného lososa, pečivo, paprika
lunch	Hovězí nudličky s parmskou šunkou, krémovým špenátem a šťouchanými brambory
dinner	Halušky s kapustou a uzeným masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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