

pondělí 5. ledna 2026	
snídaně	Sendvič s uzeným lososem, ředkev
oběd	Kuřecí kousky s čedarem a karamelizovanou cibulí, brambory s karotkou
večeře	Kořeněná rýže s kešu a brokolicí
úterý 6. ledna 2026	
snídaně	Pomazánkové máslo se šunkou, chléb
oběd	Kuskus se zeleninou, uzeným sýrem a tahini zálivkou
večeře	Vepřové nudličky s přelivem z lučiny a batáty
středa 7. ledna 2026	
snídaně	Pomazánka se šmakounem, náš chléb
oběd	Cizrna s lilkem a mletým masem, pita
večeře	Barevné fusilli se špenátem, sýrem a mandlemi
čtvrtek 8. ledna 2026	
snídaně	Palačinky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
oběd	Rizoto s červenou řepou a parmazánem
večeře	Kuřecí plátek s cuketou a smetanou, pečené brambory
pátek 9. ledna 2026	
snídaně	Bagel s hermelínem, rukolou a brusinkovým chutney
oběd	Krůtí kostky s mascarponovo-citronovou omáčkou, špecle
večeře	Bulgur s rajčaty, tuňákem a kapary
sobota 10. ledna 2026	
snídaně	Cuketovo-kakaové muffiny s borůvkovým krémem
oběd	Špagety s dýňovým pestem a pečeným sýrem
večeře	Krůtí medailonky s opékanými žampiony, bramborová kaše
neděle 11. ledna 2026	
snídaně	Zapečené quesadillas s kukuřicí, šunkou a špenátem
oběd	Lososové kuličky se sýrovou omáčkou, kuskus s pečenými rajčaty
večeře	Pikantní hovězí se sezamem a zeleninou, zlatá rýže
Informace pro klienty objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na www.zdravestravovani.cz/jidelnicek	
www.zdravestravovani.cz tel +420 517 070 333	