

pondělí 9. února 2026	
snídaně	Sendvič se šunkou, salát
oběd	Krůtí nudličky se sýrovou omáčkou, bulgur, červená řepa
večeře	Žampionová směs s pak choi, těstoviny
úterý 10. února 2026	
snídaně	Lívanec s jahodovým rozvarem a chia
oběd	Okoun s kešu-sezamovou krustou a dresinkem, pečené brambory
večeře	Kuřecí kostky s pórkem a gorgonzolou, kuskus
středa 11. února 2026	
snídaně	Dýňová pomazánka se semínky, okurky, chléb
oběd	Pita s čočkovým ragú
večeře	Hovězí nudličky s pepřovou omáčkou, zeleninová rýže
čtvrtek 12. února 2026	
snídaně	Jogurtový krém s borůvkovým pyré a pečeným müsli
oběd	Mleté maso s chilli jogurtem, barevné těstoviny
večeře	Zapečené špalíčky s rajčaty a uzeným sýrem
pátek 13. února 2026	
snídaně	Omeleta se sýrem, ředkev, ciabatta
oběd	Kuřecí roláda s cibulkovo-šunkovou náplní, rýže
večeře	Fazolovo-ořechová sekaná, bramborová kaše
sobota 14. února 2026	
snídaně	Květákové kari s kukuřicí, bageta
oběd	Krůtí špíz s halloumi a restovanou zeleninou, tymiánový dresink
večeře	Quinoa s červenou řepou a tofu
neděle 15. února 2026	
snídaně	Pomazánka z pečeného lososa, paprika, pečivo
oběd	Hovězí nudličky s parmskou šunkou, krémovým špenátem a šťouchanými brambory
večeře	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	
www.zdravestravovani.cz tel +420 517 070 333	