ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

Jídelníček od 9.11. 2026

změna jídelníčku nebo surovin vyhrazena

JÍME 3X DENNĚ

pondělí 9. listopadu 2026	
snídaně	Dýňová pomazánka se semínky, salát, chléb
oběd	Zapečené chipsy s mletým masem a fazolemi
večeře	Krůtí kousky s glazovanou řepou, kuskus
úterý 10. listopadu 2026	
snídaně	Mrkvové muffiny s jogurtovým krémem
oběd	Candát s hořčicovým přelivem, batátovo-celerové hranolky
večeře	Celozrnná tortilla s kuřecím masem a špenátem
středa 11. listopadu 2026	
snídaně	Cibulkový krém s čedarem, pečivo
oběd	Smažené nudle s krůtím masem a zeleninou
večeře	Španělský ptáček naruby, rýže
čtvrtek 12. listopadu 2026	
snídaně	Náš pribináček s goji a lívanečky
oběd	Sekaná s cuketou a mátovým dresinkem, brambory
večeře	Těstoviny s žampionovou omáčkou
pátek 13. listopadu 2026	
snídaně	Zapečená vejce s anglickou slaninou, pečivo
oběd	Rizoto s lilkem, pečenými rajčaty a parmazánem
večeře	Plněné knedlíky uzeným masem a kysaným zelím
sobota 14. listopadu 2026	
neděle 15. listopadu 2026	

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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