ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

Jídelníček od 16.11. 2026

změna jídelníčku nebo surovin vyhrazena

JÍME 3X DENNĚ

pondělí 16. listopadu 2026	
snídaně	Špenátová míchaná vejce, kedlubna, ciabatta
oběd	Barevné těstoviny se sýrovou omáčkou a hráškem
večeře	Vepřové nudličky se zelenými olivami a žampiony, šťouchané brambory
úterý 17. listopadu 2026	
snídaně	Pomazánka květáková, cherry rajčata, pečivo
oběd	Rizoto z pečených paprik s čedarem
večeře	Kuřecí směs s kukuřicí a smetanou, kuskus
středa 18. listopadu 2026	
snídaně	Jogurtový krém s malinami a pečeným müsli
oběd	Vepřové maso s celozrnnou pitou a zelným salátem
večeře	Špalíčky s cuketou a pestem z pečeného česneku
čtvrtek 19. listopadu 2026	
snídaně	Sendvič s pomazánkou z pečených rajčat, paprika
oběd	Hrachová kaše s kroupami a hovězími kousky
večeře	Nasi goreng rýže s krůtím masem
pátek 20. listopadu 2026	
snídaně	Pomazánka z červené řepy, chléb
oběd	Kuřecí roláda plněná chorizem a švestkami, pečené grenaille
večeře	Salát s tarhoňou, uzeným lososem a koprem
sobota 21. listopadu 2026	
neděle 22. 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