

pondělí 20. října 2025

snídaně	Pomazánka z červené řepy, salát, bageta
oběd	Vepřové medailonky v parmazánové omáčce, kuskus
večeře	Kuřecí kostky s glazovanou mrkví, pečené brambory

úterý 21. října 2025

snídaně	Masový závin se sýrem, okurka
oběd	Krůtí plátek se šunkou a sýrem, zlatá rýže
večeře	Dhál z červené čočky a mungo fazolek

středa 22. října 2025

snídaně	Hermelín s brusinkovou florou, salát, chléb vitamínek
oběd	Hovězí na způsob Stroganov, noky
večeře	Králičí maso na rozmarýnu a česneku, bulgur

čtvrtek 23. října 2025

snídaně	Kakaový perník s medovým krémem
oběd	Palačinka s restovanou zeleninou, robi a semínky
večeře	Vepřové výpečky s červeným zelím, bramborové špalíčky

pátek 24. října 2025

snídaně	Pochoutkový salát, polníček, náš chléb
oběd	Tuňákové kuličky v mandlovo-kokosové omáčce, těstoviny
večeře	Krůtí nudličky s brokolicí, rýže

sobota 25. října 2025

snídaně	Quinoa salát s mangem, ananasem a pekanovými ořechy
oběd	Krůtí nugetky s bramborovou kaší, okurkový salát
večeře	Kuskus s olivami, omáčkou ze sušených rajčat a Halloumi

neděle 26. října 2025

snídaně	Vaječné muffiny se špenátem a mozzarellou, žitný chléb
oběd	Rýžový nákyp se švestkami a čokoládou
večeře	Thajský salát s trhaným masem a soba nudlemi, arašídový dresink

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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