

| | |
|--------------------------------|---|
| pondělí 18. května 2026 | |
| snídaně | Míchaná vejčíčka s hráškem, salát s kešu |
| svačina (dopolední) | Zakysaná smetana s čokoládou a pistáciemi |
| oběd | Kuřecí soté s brokolicí a praženými arašídy |
| svačina (odpolední) | Mleté maso s parmazánem a chilli jogurtem |
| večeře | Moravský vrabec se zelím, slaninou a opečenou cibulkou |
| úterý 19. května 2026 | |
| snídaně | Jahodové cottage muffiny s krémem |
| svačina (dopolední) | Šunková rolka s bylinkami, salát s okurkou, cherry rajčaty a balkánským sýrem |
| oběd | Zeleninový salát s grilovaným kuřecím masem, kešu, francouzský dresing |
| svačina (odpolední) | Špenát se sýrem a pinovými oříšky |
| večeře | Trhané vepřové s cuketovo-žampionovou směsí |
| středa 20. května 2026 | |
| snídaně | Vaječný svítek s koprovým krémem a uzeným lososem |
| svačina (dopolední) | Kořeněné švestky s pekanovými ořechy a řeckým jogurtem |
| oběd | Masový páj s hovězím masem, černými fazolkami a čedarem, zakysaná smetana |
| svačina (odpolední) | Sýrovo-šunkový mix s olivami |
| večeře | Drůbeží játra s chorizem, mandlovými lupínky, mix salátů s vlaškými ořechy |
| čtvrtek 21. května 2026 | |
| snídaně | Škvarková pomazánka s pečivem |
| svačina (dopolední) | Šunková pěna, ředkvičky |
| oběd | Zapečená miska s mletým masem, goudou a lilkem |
| svačina (odpolední) | Míša dezert |
| večeře | Roastbeef s vejcem a kaparovou majonézou, salát |
| pátek 22. května 2026 | |
| snídaně | Pečené ořechové müsli s řeckým jogurtem |
| svačina (dopolední) | Parmazánový dip, zelenina |
| oběd | Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix |
| svačina (odpolední) | Vaječné muffinky se slaninou a čedarem |
| večeře | Vepřové maso na ghí s restovanou cuketou |
| sobota 23. května 2026 | |
| snídaně | Žampionová frittata se slaninou, teplý lilkový salát |
| svačina (dopolední) | Acidofilní mléko |
| oběd | Pečená krkovice s kaparovo-sýrovou omáčkou, celerové hranolky |
| svačina (odpolední) | Směs ořechů s lyofilizovanými jahodami |
| večeře | Kuřecí kousky s restovanou zeleninou a tandoori dresinkem |
| neděle 24. května 2026 | |
| snídaně | Blaťácké zlato s avokádovým dipem, vepřová šunka, papriky |
| svačina (dopolední) | Bílý jogurt |
| oběd | Kapustové závitky plněné mletým masem, dip ze zakysané smetany |
| svačina (odpolední) | Polévka se zelenými fazolkami a parmazánem |
| večeře | Kuřecí plátek s nivou a houbovou směsí |

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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