

pondělí 2. března 2026

snídaně	Míchaná vejčička s brynzou, cherry rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Okurková salsa s fetou, tyčinky
oběd	Květákové kari s panýrem a kokosovým mlékem, rýže
svačina (odpolední)	Sladký krém s broskvemi a chia
večeře	Hovězí nudličky na žampionech, kuskus

úterý 3. března 2026

snídaně	Tortilla se šunkou a sýrem, ředkvičky
svačina (dopolední)	Ostružinový keфіrový nápoj s datlovým sirupem
oběd	Candát s pistáciovým pestem, pečené brambory
svačina (odpolední)	Petrželková pomazánka s pekanovými ořechy, trojhránky
večeře	Krůtí nudličky s paprikami, kuskus

středa 4. března 2026

snídaně	Dýňová pomazánka s chia semínky, papriky, pečivo
svačina (dopolední)	Jahodový dezert s goji
oběd	Bramborákové kuře, salát z pekingského zelí
svačina (odpolední)	Rolka s tymiánovým krémem, trojhránky
večeře	Špenátová špalda se sušenými rajčata a mini mozzarellou

čtvrtek 5. března 2026

snídaně	Mrkvová pomazánka, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Tvarohový dezert s ostružinami a quinoou
oběd	Špalíčky se špenátem a cuketou s pestem
svačina (odpolední)	Cibulové čatní se sýrem Herold, trojhránky
večeře	Robi na arašídovém másle s paprikami, kuskus

pátek 6. března 2026

snídaně	Sýrová frittata se žampiony a špenátem
svačina (dopolední)	Bílý jogurt se zakysanou smetanou, ovocným šmakounem a kešu
oběd	Kuře v rajčatové omáčce, rajta
svačina (odpolední)	Listové saláty s ředkví, sýrem a výhonky hrášku
večeře	Masové kuličky s hořčicovým dipem, kyselé okurky

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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