

**Monday** 8. June 2026

breakfast	Sendvič s uzeným lososem, kedlubna
snack (morning)	Malinový jogurt
lunch	Těstoviny s luštěninovým ragú
snack (afternoon)	Ricottový dip s ořechy a čerstvým sýrem, knuspi
dinner	Krůtí plátek s hermelínem a brusinkami, šťouchané brambory

**Tuesday** 9. June 2026

breakfast	Omeleta s mozzarellou, kedlubna, pečivo
snack (morning)	Kokosový dezert s borůvkami
lunch	Krůtí maso s fazolkami, špalda
snack (afternoon)	Pomazánka z černé čočky, salát, rohlíček
dinner	Hovězí guláš, celozrnné těstoviny

**Wednesday** 10. June 2026

breakfast	Banánový chlebíček se sladkým krémem
snack (morning)	Špenátová polévka s čedarem
lunch	Španělský ptáček naruby, rýže
snack (afternoon)	Paštika z hlívy s fitness chlebem, papriky
dinner	Pečená kuřecí palička s červeným zelím

**Thursday** 11. June 2026

breakfast	Sendvič s rukolovým pestem, ředkvičky
snack (morning)	Fitness tatarka, tyčinky
lunch	Květák na mozeček se šťouchanými bramborami
snack (afternoon)	Tvaroh s lesním ovocem a chia
dinner	Robi s pažitkovou omáčkou, zlatý bulgur

**Friday** 12. June 2026

breakfast	Banánové muffiny s vanilkovým krémem
snack (morning)	Pomazánka z uzeného lososa, ředkev
lunch	Zeleninový salát s grilovaným krůtím prsem a vlaškými oříšky, francouzský dresink
snack (afternoon)	Jablečné mascarpone s pistáciemi
dinner	Hovězí stir fry se zelenými fazolkami a paprikou

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)