

Monday 10. August 2026

breakfast	Pomazánka s krůtím masem, salát, chléb
snack (morning)	Jahodovo-jablečná přesnídávka
lunch	Zapečené chipsy s mletým masem a fazolemi
snack (afternoon)	Opékané houby s bylinkovým žervé, pečivo
dinner	Robi s glazovanou červenou řepou, kuskus

Tuesday 11. August 2026

breakfast	Pečený müsli dezert se šlehaným tvarohem
snack (morning)	Šunka s mozzarellou, knuspi
lunch	Barevná quinoa s krevetami a zeleninou
snack (afternoon)	Cottage se sušenými rajčaty, kedlubna, bageta
dinner	Vepřové maso s mascarponovo-cuketovou omáčkou, bulgur

Wednesday 12. August 2026

breakfast	Cibulkový krém s čedarem, cherry rajčata, pečivo
snack (morning)	Restované papriky se sýrovými chipsy
lunch	Tuňákové kuličky v mandlovo-kokosové omáčce, těstoviny
snack (afternoon)	Dezert s jahodami a arašídovým máslem
dinner	Krůtí maso s brokolicí, barevná quinoa

Thursday 13. August 2026

breakfast	Houbová smaženice, bageta
snack (morning)	Sýrová rolka, ředkvičky, knuspi
lunch	Chunks na paprice, těstoviny
snack (afternoon)	Dezert na způsob tiramisu s jahodami
dinner	Kořeněná rýže s kešu a zeleninou

Friday 14. August 2026

breakfast	Pečené ořechové müsli s řeckým jogurtem
snack (morning)	Parmazánový dip, zelenina
lunch	Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix
snack (afternoon)	Vaječné muffinky se slaninou a čedarem
dinner	Vepřové maso na ghí s restovanou cuketou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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