

Monday 11. May 2026

breakfast	Pomazánka s krůtím masem a řeřichou, 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 12. May 2026

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

Wednesday 13. May 2026

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

Thursday 14. May 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 15. May 2026

breakfast	Banánové muffiny s vanilkovým krémem
snack (morning)	Pomazánka z uzeného lososa, ředkev
lunch	Zeleninový salát s grilovaným krůtím prsem a vlašskými 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