

Monday 13. April 2026

breakfast	Müsli s pistáciemi a malinami
snack (morning)	Tyčinky s paprikovým dipem, kedlubna
lunch	Kuřecí paličky s rajčaty a mascarpone, rýže
snack (afternoon)	Salát se šmakounem, karamelizovanou cibulí a dresinkem
dinner	Treska na kari a zázvoru, kuskus

Tuesday 14. April 2026

breakfast	Cizrnové lívanečky s malinovým krémem
snack (morning)	Pažitková pomazánka s parmazánem, kedlubna, pečivo
lunch	Krevety s krémovou mangovou omáčkou, bulgur
snack (afternoon)	Sýrový mix s ořechovým dipem, paprika
dinner	Zvěřina s houbovým ragú, celozrnné těstoviny

Wednesday 15. April 2026

breakfast	Chřestová pomazánka s čedarem, salát, bageta
snack (morning)	Malinový jogurt s mandlemi
lunch	Krůtí s parmazánem a cibulovým čatní, štouchané brambory
snack (afternoon)	Šunka se strouhaným sýrem, cherry, fitness chléb
dinner	Dušené hovězí na balzamik s fazolkami, kuskus

Thursday 16. April 2026

breakfast	Lívanečky s čokoládovým krémem a malinami
snack (morning)	Polévka z medvědího česneku s krutony
lunch	Rizoto s červenou řepou s mini mozzarellou a dýňovými semínky
snack (afternoon)	Žampionové placičky s rozmarýnovým dipem, ředkev
dinner	Variace listových salátů s baby karotkou, sušenými rajčaty a šmakounem, pečivo

Friday 17. April 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