

**Monday** 18. May 2026

breakfast	Špenátová míchaná vejce, kedlubna, ciabatta
snack (morning)	Hruškové smoothie
lunch	Barevné těstoviny se sýrovou omáčkou a hráškem
snack (afternoon)	Slaný koláč s cottage sýrem a šunkou, okurka
dinner	Vepřové nudličky se zelenými olivami a žampiony, šťouchané brambory

**Tuesday** 19. May 2026

breakfast	Zapečená vejce se šunkou, zelenina, chléb
snack (morning)	Jogurt s mangovým pyré
lunch	Hovězí maso s odlehčenou svíčkovou omáčkou, cereální knedlík
snack (afternoon)	Paprikové žervé se sýrem, knuspi
dinner	Kuřecí roláda plněná cibulkovou směsí, bulgur

**Wednesday** 20. May 2026

breakfast	Vaječná omeleta s cuketou, salát, chléb
snack (morning)	Náš kakaový termix
lunch	Směs z černé čočky s opečeným panýrem
snack (afternoon)	Cottage s římským kmínem, knuspi
dinner	Krůtí nudličky s paprikami, kuskus

**Thursday** 21. May 2026

breakfast	Ovesná kaše s pudinkem a borůvkami
snack (morning)	Okurkový salát se sezamem, tyčinky
lunch	Vegetariánské soté s tempehem, tarhoňa
snack (afternoon)	Balkánský dip s kapií, salát, pečivo
dinner	Řepné kuličky na pórku s pečenými bramborami

**Friday** 22. May 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](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)