

Monday 19. October 2026

breakfast	Pomazánka rybí, bageta
snack (morning)	Cottage sýr a červenou řepou, trojhránky
lunch	Kuřecí nudličky s brokolicí, rýže
snack (afternoon)	Ovocný aspik s krémem a kokosovými polštářky
dinner	Zapečené kedlubny se šunkou a goudou

Tuesday 20. October 2026

breakfast	Fazole s vejcem a šunkou, salát
snack (morning)	Koprový dip se lněným semínkem, kedlubna, trojhránky
lunch	Kuřecí nudličky s lilkem a cuketou, kuskus
snack (afternoon)	Malinový jogurt s mandlemi
dinner	Pastýřský koláč s vepřovým masem

Wednesday 21. October 2026

breakfast	Omeleta s pažitkou, cherry rajčata, pečivo
snack (morning)	Melounové smoothie s jahodami
lunch	Králík s žampiony a kukuřicí, kuskus
snack (afternoon)	Žervé s čerstvým sýrem a celerovými hranolkami, rohlíček
dinner	Bylinková treska s fitness tatarkou, šťouchané brambory

Thursday 22. October 2026

breakfast	Avokádová pomazánka s žervé, ředkvičky, ciabatta
snack (morning)	Banánovo-švestkový dezert
lunch	Tortilla se seitanem a červeným zelím
snack (afternoon)	Opékané houby s bylinkovým žervé, kukuřičník
dinner	Zeleninový páj s uzeným sýrem, okurkový salát

Friday 23. October 2026

breakfast	Vláčný tvarohový chlebiček s kakaovou ricottou
snack (morning)	Slaný krém s bazalkou a slunečnicovými semínky, cherry rajčata
lunch	Pečená kachna s cibulovou remuládou
snack (afternoon)	Ořechy
dinner	Kuřecí směs s chorizem s květákovou kaší s parmazánem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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