

**Monday** 20. April 2026

breakfast	Pomazánka rybí, mrkev, bageta
snack (morning)	Směs s cottage sýrem 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** 21. April 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)	Ovocné pyré s chia semínky
dinner	Pastýřský koláč s vepřovým masem

**Wednesday** 22. April 2026

breakfast	Omeleta s medvědí česnekem, cherry rajčata, pečivo
snack (morning)	Hruškové smoothie
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** 23. April 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, pečivo
dinner	Zeleninový páj s uzeným sýrem, okurkový salát

**Friday** 24. April 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)