

Monday 21. September 2026

breakfast	Pomazánka alá krab, barevná mrkev, pečivo
snack (morning)	Salát s kukuřicí a sýrem Herold
lunch	Hovězí nudličky s pepřovou omáčkou, batátové hranolky
snack (afternoon)	Tvarohový dezert s meruňkami a kokosovými lupínky
dinner	Směs z pečených paprik s fazolemi a tofu, chléb

Tuesday 22. September 2026

breakfast	Frittata s kukuřicí, okurky, pečivo
snack (morning)	Jahodové kefirové mléko
lunch	Pečená vepřová panenka s hráškovým pyré
snack (afternoon)	Masová směs se zeleninovou salsou, pečivo
dinner	Kuřecí kousky se žampiony a sójovou omáčkou, kuskus

Wednesday 23. September 2026

breakfast	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
snack (morning)	Restované papriky se sýrovými chipsy
lunch	Dýňové rizoto s hovězími kousky
snack (afternoon)	Tvaroh s ricottou a malinami
dinner	Kuřecí kousky s bylinkovou omáčkou, kuskus

Thursday 24. September 2026

breakfast	Krupicová kaše s mákem, švestkami a ořechy
snack (morning)	Cottage s bylinkami, salát, sýrové tyčinky
lunch	Těstoviny s pestem z pečené řepy
snack (afternoon)	Pečivo s uzeným sýrem, okurková salsa
dinner	Omáčka z kořenové zeleniny se sójovými kostkami, bulgur

Friday 25. September 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