

Monday 22. June 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 23. June 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 24. June 2026

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

Thursday 25. June 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)	Pistáciová pomazánka, pečivo
dinner	Omáčka z kořenové zeleniny se sójovými nudličkami, bulgur

Friday 26. June 2026

breakfast	Sýrová frittata se žampiony a špenátem
snack (morning)	Bílý jogurt se zakysanou smetanou a šmakounem a kešu
lunch	Kuře v rajčatové omáčce, rajta
snack (afternoon)	Listové saláty s ředkví, sýrem a výhonky hrášku
dinner	Masové kuličky s hořčicovým dipem, kyselé okurky

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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