

pondělí 23. března 2026

snídaně	Pomazánka alá krab, barevná mrkev, pečivo
svačina (dopolední)	Salát s kukuřicí a sýrem Herold
oběd	Hovězí nudličky s pepřovou omáčkou, batátové hranolky
svačina (odpolední)	Tvarohový dezert s meruňkami a kokosovými lupínky
večeře	Směs z pečených paprik s fazolemi a tofu, chléb

úterý 24. března 2026

snídaně	Frittata s kukuřicí, okurky, pečivo
svačina (dopolední)	Jahodové keфіrové mléko
oběd	Pečená vepřová panenka s hráškovým pyré
svačina (odpolední)	Pečená dýně s rukolou a lněnými semínky, knuspi
večeře	Kuřecí kousky se žampiony a sójovou omáčkou, kuskus

středa 25. března 2026

snídaně	Hrášková pomazánka se šunkou, bageta
svačina (dopolední)	Restované papriky se sýrovými chipsy
oběd	Dýňové rizoto s hovězími kousky
svačina (odpolední)	Tvaroh s ricottou a malinami
večeře	Kuřecí kostky s bylinkovou omáčkou, kuskus

čtvrtek 26. března 2026

snídaně	Krupicová kaše s mákem, švestkami a ořechy
svačina (dopolední)	Cottage s bylinkami, salát, sýrové tyčinky
oběd	Těstoviny s pestem z pečené řepy
svačina (odpolední)	Pistáciová pomazánka, pečivo
večeře	Omáčka z kořenové zeleniny se sójovými nudličkami, bulgur

pátek 27. března 2026

snídaně	Pečené ořechové müsli s řeckým jogurtem
svačina (dopolední)	Parmazánový dip, zelenina
oběd	Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix
svačina (odpolední)	Vaječné muffinky se slaninou a čedarem
večeře	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