

**Monday** 27. April 2026

breakfast	Pomazánka liptovská, papriky, pečivo
snack (morning)	Cottage s vejcem, tyčinky
lunch	Dhál z červené čočky a mungo fazolek
snack (afternoon)	Dezert s oSTRUŽINAMI a marakujovým přelivem
dinner	Kuřecí plátek se šunkou a sýrem, rýže

**Tuesday** 28. April 2026

breakfast	Ovesná kaše s malinovým tvarohem
snack (morning)	Restované žampiony s květákem a sýrovými chipsy
lunch	Pečená krůtí prsa s petrželkovou krustou, bulgur se zeleninou
snack (afternoon)	Dip z uzeného tofu, kedlubna, chléb
dinner	Těstovinový salát s vejcem a uzeným lososem

**Wednesday** 29. April 2026

breakfast	Lívanečky s přelivem z lesního ovoce a tvarohovým krémem
snack (morning)	Krémová pórková polévka s parmazánem
lunch	Špenát s ricottou, brusinkami a piniemi, pečené brambory
snack (afternoon)	Pomazánka s pažitkou, salát, trojhránky
dinner	Kuřecí maso s paprikovou omáčkou z lučiny, penne

**Thursday** 30. April 2026

breakfast	Tvarohové syrníky s borůvkovým přelivem a ricottovým krémem
snack (morning)	Čekankový salát s čínským zelím a sýrem
lunch	Tofu s omáčkou z cuket a mascarpone, bulgur
snack (afternoon)	Koprový dip se sezamovými semínky, tyčinky
dinner	Brambory s červenou řepou, nivou a ořechy

**Friday** 1. May 2026

breakfast	Sýrová frittata se žampiony a špenátem
snack (morning)	Bílý jogurt se zakysanou smetanou, ovocným šmakounem a kešu
lunch	Kuře v rajčatové omáče, 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](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)