

pondělí 5. ledna 2026

snídaně	Proteinový chléb s ořechovým máslem a sýrem KETO steril - JAK TO BUDE S CHLEBEM A STERIL?
oběd	Květák na mozeček s krůtími kousky KETO steril
večeře	Kuřecí nugetky s dipem, grilovaná zelenina KETO steril

úterý 6. ledna 2026

snídaně	Tuňákové muffiny s bylinkovým dipem KETO steril
oběd	Telecí s restovanou cibulkou a slaninou, špenát KETO steril
večeře	Hovězí ragú s květákovou kaší KETO steril

středa 7. ledna 2026

snídaně	Pečené ořechové müsli s jogurtem KETO steril - BUDOU TAM OK CHIA?
oběd	Plněné žampiony s bretaňskou zeleninou, parmazánový dip KETO steril
večeře	Kuře na ghí s restovanou cuketou KETO steril

čtvrtek 8. ledna 2026

snídaně	Míchaná vejce s avokádovým dipem KETO steril
oběd	Masový páj s hovězím masem, černými fazolemi a čedarem, zakysaná smetana KETO steril
večeře	Pečená kachna s cibulovou remuládou KETO steril

pátek 9. ledna 2026

snídaně	Banánové muffiny s vanilkovým krémem KETO steril
oběd	Vajíčková směs se zeleninou, parmskou šunkou, olivami a halloumi KETO steril
večeře	Vepřové výpečky se zadělávanou kapustou KETO steril

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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