

pondělí 5. ledna 2026

chod1	Vepřový guláš s bramborem, chléb
chod2	Pikantní hovězí s uzeninou a rýží
chod3	Vaječné těstoviny s hříbkovým ragů, vyzrálý tvrdý sýr
chod4	Smažená rýže na asijský způsob s kuřecím masem
chod5	Císařský trhanec přelitý karamelovou omáčkou, sypaný ořechy
salát 1	Řecký salát s fetou
salát 2	Bulgurovo-quinoový salát s krůtím masem

úterý 6. ledna 2026

chod1	Boloňské špagety sypané sýrem
chod2	Zapečené vepřové medajlonky se sýrem a vařenými brambory, domácí tatarka
chod3	Kuřecí roláda s parmskou šunkou, bramborová kaše
chod4	Dhál z červené čočky a mungo fazolek
chod5	Nudlový nákyp s tvarohem, kompot
salát 1	Kuřecí salát se středomořskou tatarkou
salát 2	Špalda s cizrnou a sušenými švestkami

středa 7. ledna 2026

chod1	Dušené znojemské kousky, rýže
chod2	Penne con pollo e broccoli
chod3	Králík na smetaně, karlovarský knedlík
chod4	Kuřecí Biryani, basmati rýže
chod5	Palačinky s tvarohovo-ovocným krémem
salát 1	Salát s krevetami, ananasem, mangovým dresinkem a kešu
salát 2	Těstovinový salát se zeleninou, šmakounem a piniovými oříšky

čtvrtek 8. ledna 2026

chod1	Koprová omáčka s vejcem, houskový knedlík
chod2	Francouzské brambory
chod3	Grilovaný kuřecí plátek s houbovou omáčkou, špalíčky
chod4	Bún bò Nam Bò - rýžové nudle s restovaným hovězím steakem a zeleninou
chod5	Kynuté jahodové knedlíky s tvarohem přelité máslem
salát 1	Variace listových salátů s okurkou, sušenými rajčaty a mini mozzarellou, bylinkový dresink, krutony
salát 2	Kuskusový salát s vepřovým masem a parmezánem

pátek 9. ledna 2026

chod1	Těstoviny s bazalkovým pestem a kuřecím masem
chod2	Smažený camembert s pečenými grenaille a tatarkou
chod3	Španělský ptáček s rýží
chod4	Thajské yellow curry, pita chléb
chod5	Kokosová rýže s mangem a pekanovými ořechy
salát 1	Salát s gorgonzolou, hrozny a hořčičnou zálivkou
salát 2	Thajský salát s rýžovými nudlemi a krůtím masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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