

Monday 13. July 2026

meal 1	Vepřové na kmíně s rýží
meal 2	Šafránové rizoto s kuřecím masem
meal 3	Sekaná s bramborovou kaší, kyselý okurek
meal 4	Udon nudle s Teriyaki kuřetem
meal 5	Bavorské vdolky s tvarohem a povidly
salad 1	Zeleninová miska s grilovaným sezamovým tofu, vajíčkem a medovo-hořčičnou zálivkou
salad 2	Salát s tarhoňou, uzeným masem a beraními rohy

Tuesday 14. July 2026

meal 1	Těstoviny s bazalkovým pestem a kuřecím masem
meal 2	Musaka s mletým masem
meal 3	Vepřová panenka s povidlovou omáčkou a bramborovými krokety
meal 4	Sweet and sour chicken s rýží
meal 5	Rýžový nákyp s meruňkami
salad 1	Směs listových salátů s ořechy, tuňákem, sušenými rajčaty a jogurtovo-citronovým dresinkem
salad 2	Čočkový salát s kozím sýrem a brusinkami

Wednesday 15. July 2026

meal 1	Krémový špenát s vejcem a bramborovým knedlíkem
meal 2	Vepřová líčka se smetanovo-houbovou omáčkou a bramborovou kaší
meal 3	Kančí maso se šípkovou omáčkou, variace knedlí
meal 4	Indické máslové kuře, rýže
meal 5	Buchtíčky s pistáciovým krémem
salad 1	Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix s mandarinkou
salad 2	Těstoviny se zeleninou a halloumi

Thursday 16. July 2026

meal 1	Hovězí guláš s houskovým knedlíkem a cibulí
meal 2	Těstoviny all' Arrabiata
meal 3	Grilovaný kuřecí plátek s houbovou omáčkou, špalíčky
meal 4	Kuřecí maso Satay, rýže
meal 5	Kynuté knedlíky s borůvkami
salad 1	Salát se sojovými boby a parmazánem
salad 2	Bulgurový salát se středomořskou zeleninou a chorizem

Friday 17. July 2026

meal 1	Kuřecí kousky ve smetanové omáčce se sušenými rajčaty, noky
meal 2	Kuřecí supreme, kedlubnové zelí s rozinkami a knedlíkem
meal 3	Kladenská pečeně s křenovou omáčkou s wasabi, šťouchané brambory
meal 4	Vietnamský karamelizovaný bůček s rýží
meal 5	Palačinky s marmeládou a vanilkovým krémem
salad 1	Salát s opečenými žampiony, kuřecím masem a česnekovým dresinkem
salad 2	Quinoa salát s ořechovým dresinkem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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