

pondělí 21. září 2026

chod1	Vepřové na kmíně s rýží
chod2	Alfredo linguine s kuřecím masem
chod3	Sekaná s bramborovou kaší, kyselý okurek
chod4	Nasi goreng rýže s hovězím masem
chod5	Žemlovka s jablky, tvarohem a rozinkami
salát 1	Zeleninová miska s grilovaným sezamovým tofu, vajíčkem a medovo-hořčičnou zálivkou
salát 2	Salát s tarhoňou, uzeným masem a beraními rohy

úterý 22. září 2026

chod1	Těstoviny s bazalkovým pestem a kuřecím masem
chod2	Hovězí líčka na červeném víně s bramborovou kaší
chod3	Kladenská pečeně s křenovou omáčkou s wasabi, šťouchané brambory
chod4	Kuřecí Vindaloo, zeleninový salát s jogurtem, basmati rýže
chod5	Rýžový nákyp s broskvemi
salát 1	Směs listových salátů s ořechy, tuňákem, sušenými rajčaty a jogurtovo-citronovým dresinkem
salát 2	Čočkový salát s kozím sýrem a brusinkami

středa 23. září 2026

chod1	Krémový špenát s vejcem a bramborovým knedlíkem
chod2	Kuřecí fajitas se zeleninou a rýží, chilli salsa
chod3	Vepřová panenka s povídkovou omáčkou a bramborovými krokety
chod4	Indický aloo gobi, pita chléb
chod5	Bramborové šulánky s mákem
salát 1	Pikantní marinované krůtí maso s kari dresinkem, salátový mix s mandarinkou
salát 2	Těstoviny se zeleninou a halloumi

čtvrtek 24. září 2026

chod1	Hovězí guláš s houskovým knedlíkem a cibulí
chod2	Česnekové kuřecí paličky s bramborovou kaší, zelený salát s majonézou
chod3	Grilovaný kuřecí plátek s houbovou omáčkou, špalíčky
chod4	Pad thai s kuřecím masem a rýžovými nudlemi
chod5	Dukátové buchtíčky s vanilkovým krémem
salát 1	Salát se sojovými boby a parmazánem
salát 2	Bulgurový salát se středomořskou zeleninou a chorizem

pátek 25. září 2026

chod1	Kuřecí kousky ve smetanové omáčce se sušenými rajčaty, noky
chod2	Hrachová kaše s paprikovou klobásou a pečivem
chod3	Kančí maso se šípkovou omáčkou, variace knedlí
chod4	Red Curry s kuřecím masem, jasmínová rýže
chod5	Kynuté knedlíky s borůvkami
salát 1	Salát s opečenými žampiony, kuřecím masem a česnekovým dresinkem
salát 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