

pondělí 29. dubna 2024

chod1	Králíčí maso na rozmarýnu a česneku, bulgur se zeleninou
chod2	Bramborákové kuřecí maso s rajčatovým salátem
chod3	Koprová omáčka s hovězím masem, houskový knedlík
chod4	Kuřecí řízek s bramborovou kaší
chod5	Šulánky s mákem
chod6	Lasagne špenátové
salát 1	Kuřecí salát se středomořskou tatarkou
salát 2	Quinoa salát se zeleninou a čerstvým sýrem

úterý 30. dubna 2024

chod1	Mleté maso se zakysanou smetanou, naše těstoviny
chod2	Rizoto s chřestem, parmazánem a čerstvými bylinkami
chod3	Španělský ptáček s rýží
chod4	Zapečené brambory s vejcem a klobásou
chod5	Císařský trhanec, švestková omáčka
chod6	Boloňské lasagne
salát 1	Salát se sojovými boby a parmazánem
salát 2	Těstoviny s hráškovým pestem, chedarem a mandlovými lupínky

středa 1. května 2024

chod1	Knedlíky plněné uzeným masem se špenátem
chod2	Krůtí medailonky s žampiony, tarhoňa se zelenými fazolkami
chod3	Rajská omáčka s těstovinami
chod4	Sekaná, bramborová kaše
chod5	Kuřecí maso s rýží (rizoto)
chod6	Chicken Satay s rýží
salát 1	Salát s krevetami, anansem, mangovým dresinkem a kešu
salát 2	Kuskusový salát Tabouleh

čtvrtek 2. května 2024

chod1	Drůbeží roláda s vejcem, zlatá rýže
chod2	Gyros s pitou a zelným salátem
chod3	Hovězí guláš, variace knedlíků
chod4	Hovězí kousky na houbách, rýže
chod5	Dušený hrášek se zeleninou a masovými kuličkami
chod6	Yellow Curry s rýží
salát 1	Salát s gorgonzolou, vlašskými oříšky a zálivkou vinaigrette
salát 2	Těstovinový salát s krůtím masem, slaninou a sýrovým dresinkem

pátek 3. května 2024

chod1	Krůtí plátek s hermelínem a brusinkami, brambory
chod2	Hovězí maso se zeleninou a arašídý, kuskus
chod3	Koprová omáčka s hovězím masem a vejcem, bramborové špalíčky
chod4	Vepřový řízek, bramborové pyré
chod5	Tabouleh s balkánem
chod6	Panang kari s rýží
salát 1	Salát s hlívou a tofu, cibulový dresink
salát 2	Čočkový salát s kozím sýrem a brusinkami

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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