

pondělí 30. března 2026

chod1	Vepřové na kmíně s rýží
chod2	Chilli con carne s chlebem
chod3	Sekaná s bramborovou kaší, kyselý okurek
chod4	Smažená rýže na asijský způsob s kuřecím masem
chod5	Císařský trhanec přelitý karamelovou omáčkou, sypaný ořechy
salát 1	Salát s opečenými žampiony, kuřecím masem a česnekovým dresinkem
salát 2	Bulgurový salát se středomořskou zeleninou a chorizem

úterý 31. března 2026

chod1	Těstoviny s bazalkovým pestem a kuřecím masem
chod2	Drůbeží játra na cibulce s mandlemi a rýží
chod3	Vepřová krkovice s vejcem a pečenými brambory, domácí tatarka
chod4	Kuřecí Biryani, basmati rýže
chod5	Kokosová rýže s mangem a pekanovými ořechy
salát 1	Zeleninová miska s grilovaným sezamovým tofu, vajíčkem a medovo-hořčičnou zálivkou
salát 2	Těstoviny se zeleninou a halloumi

středa 1. dubna 2026

chod1	Krémový špenát s vejcem a bramborovým knedlíkem
chod2	Kuřecí roláda se šťouchanými bramborami
chod3	Grilovaný kuřecí plátek s houbovou omáčkou, špalíčky
chod4	Bún bò Nam Bò - rýžové nudle s restovaným hovězím steakem a zeleninou
chod5	Palačinky s tvarohovo-ovocným krémem
salát 1	Směs listových salátů s ořechy, tuňákem, sušenými rajčaty a jogurtovo-citronovým dresinkem
salát 2	Čočkový salát s kozím sýrem a brusinkami

čtvrtek 2. dubna 2026

chod1	Hovězí guláš s houskovým knedlíkem a cibulí
chod2	Kuřecí řízek s bramborovým salátem
chod3	Vepřová panenka s povidlovou omáčkou a bramborovými krokety
chod4	Dhál z červené čočky a mungo fazolek
chod5	Nudlový nákyp s tvarohem, kompot
salát 1	Salát se sojovými boby a parmazánem
salát 2	Salát s tarhoňou, uzeným masem a beraními rohy

pátek 3. dubna 2026
Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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