

**Monday** 2. March 2026

breakfast	Mátové mousse, červená řepa, chléb
snack (morning)	Krémová cuketová polévka s parmazánem
lunch	Trhané krůtí maso s okurkovou salsou a ciabattou
snack (afternoon)	Malinový dezert na způsob tiramisu
dinner	Lehká hovězí svíčková, rýžový muffin

Tuesday 3. March 2026

breakfast	Jáhlová kaše s borůvkami a chia semínky
snack (morning)	Cottage s vejcem, kreky
lunch	Losos se špenátem a pečenými batáty
snack (afternoon)	Višňový jogurt s burisony
dinner	Tvarohové gnocchi v rajské omáče se sýrem

Wednesday 4. March 2026

breakfast	Sýrová pěna s kyselou okurkou, chléb
snack (morning)	Vanilkový dezert se švestkami
lunch	Hovězí na houbách, rýže
snack (afternoon)	Čerstvý sýr se salátem a zálivkou, tyčinky
dinner	Krůtí na paprice, těstoviny

Thursday 5. March 2026

breakfast	Avokádový sendvič se sýrem
snack (morning)	Náš hruškový kompot, bílý jogurt
lunch	Kuřecí roláda s čedarem a dýní, kuskus
snack (afternoon)	Minimozzarella s melounem a trojhránky
dinner	Okoun s parmazánem, chřest se šunkou, brambory

Friday 6. March 2026

breakfast	Omeleta s mascarpone, pečivo
snack (morning)	Banánovo-meruňkové pyré
lunch	Špagety s krémovým fenyklem a vepřovým masem
snack (afternoon)	Pomazánka z pečených paprik, knuspi
dinner	Králík na bílém víně a hořčici, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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