

Monday 3. November 2025

breakfast	Tortilla se šunkou a sýrem
snack (morning)	Meruňkový dezert s piškoty
lunch	Králík s žampiony, divoká rýže
snack (afternoon)	Bageta s kukuřičnou pomazánkou, salát
dinner	Špenát s vejcem, brambory

Tuesday 4. November 2025

breakfast	Švestkový jogurt, pečené müsli s bílou čokoládou
snack (morning)	Ledový salát se šunkou, slunečnicovými semínky a krutony
lunch	Bulgur s karamelizovaným fenyklem, kuřecím masem a čedarovou omáčkou
snack (afternoon)	Skořicovo-kardamonové keřirové mléko, bluma
dinner	Vepřové ragú s těstovinami

Wednesday 5. November 2025

breakfast	Blaťácké zlato s petrželkovou pomazánkou, kornbageta
snack (morning)	Cottage s hořčicí, mrkvové hranolky
lunch	Okoun s mascarponovo-dýňovou salsou, pečené brambory
snack (afternoon)	Malinovo-jablečná přesnídávka s lískovými oříšky
dinner	Hovězí kofty se zeleninou a mátovým dipem, pita

Thursday 6. November 2025

breakfast	Míchaná vejce s avokádovým dresinkem, žitný chléb
snack (morning)	Hruškový tvaroh
lunch	Šunkofleky s okurkovým salátem
snack (afternoon)	Kukuřičník s batátovou pomazánkou, borůvky
dinner	Krůtí na celeru, rýže

Friday 7. November 2025

breakfast	Jáhelný pudink s oSTRUŽINAMI
snack (morning)	Mozzarella s polníčkem, pečivo
lunch	Hovězí kostky s červenou řepou, špecle
snack (afternoon)	Plněné koláčky, meloun
dinner	Treska s mrkví, kuskus

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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