

pondělí 8. prosince 2025

snídaně	Pochoutkový salát, ciabatta
svačina (dopolední)	Směs s melounem, fenyklem a čerstvým sýrem
oběd	Holandská sekaná, bramborová kaše
svačina (odpolední)	Náš hruškový kompot, bílý jogurt s kešu
večeře	Kuskus s kuřecím ragú

úterý 9. prosince 2025

snídaně	Pečený dezert s bílou čokoládou a broskvemi
svačina (dopolední)	Dýňová polévka s bylinkovými krutony
oběd	Losos na koprovém rizotu
svačina (odpolední)	Mátová ricotta s trojhránky, bluma
večeře	Zelený chřest s vejcem a brambory

středa 10. prosince 2025

snídaně	Tuňákový sendvič
svačina (dopolední)	Salát z červené řepy s jablky a fetou
oběd	Vepřová roláda s parmskou šunkou, sýrem a bazalkou, bulgur
svačina (odpolední)	Sladký chlebíček s vanilkovým jogurtem, borůvky
večeře	Těstoviny s karotkovým krémem a krůtím masem

čtvrtek 11. prosince 2025

snídaně	Palačinky s krupičnou kaší, oSTRUŽINAMI a mandlemi
svačina (dopolední)	Cottage s paprikou a dýňovými semínky, pečivo
oběd	Kuřecí maso se smetanovou houbovou salsou s pak choi, quinoa
svačina (odpolední)	Višňový tvarohovo-mascarponový krém
večeře	Treska s batáty v bešamelu

pátek 12. prosince 2025

snídaně	Chléb s bylinkovou lučinou a šunkou
svačina (dopolední)	Sýrová rolka, rohlíček
oběd	Špagety s krémovým špenátem a krůtím masem
svačina (odpolední)	Taštičky s povidlovou náplní
večeře	Hovězí na kmíně, zlatá rýže, teplý lilkový salát

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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