

Monday 8. December 2025

breakfast	Pochoutkový salát, ciabatta
snack (morning)	Směs s melounem, fenyklem a čerstvým sýrem
lunch	Holandská sekaná, bramborová kaše
snack (afternoon)	Náš hruškový kompot, bílý jogurt s kešu
dinner	Kuskus s kuřecím ragú

Tuesday 9. December 2025

breakfast	Pečený dezert s bílou čokoládou a broskvemi
snack (morning)	Dýňová polévka s bylinkovými krutony
lunch	Losos na koprovém rizotu
snack (afternoon)	Mátová ricotta s trojhránky, bluma
dinner	Zelený chřest s vejcem a brambory

Wednesday 10. December 2025

breakfast	Tuňákový sendvič
snack (morning)	Salát z červené řepy s jablky a fetou
lunch	Vepřová roláda s parmskou šunkou, sýrem a bazalkou, bulgur
snack (afternoon)	Sladký chlebíček s vanilkovým jogurtem, borůvky
dinner	Těstoviny s karotkovým krémem a krůtím masem

Thursday 11. December 2025

breakfast	Palačinky s krupičnou kaší, oSTRUŽINAMI a mandlemi
snack (morning)	Cottage s paprikou a dýňovými semínky, pečivo
lunch	Kuřecí maso se smetanovou houbovou salsou s pak choi, quinoa
snack (afternoon)	Višňový tvarohovo-mascarponový krém
dinner	Treska s batáty v bešamelu

Friday 12. December 2025

breakfast	Chléb s bylinkovou lučinou a šunkou
snack (morning)	Sýrová rolka, rohlíček
lunch	Špagety s krémovým špenátem a krůtím masem
snack (afternoon)	Taštičky s povidlovou náplní
dinner	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