

pondělí 9. března 2026

snídaně	Croissant s višňovým pyré a kokosovým krémem
svačina (dopolední)	Houby s chřestem a sýrovými chipsy
oběd	Mořská štika s pečenou zeleninou a balkánským sýrem
svačina (odpolední)	Šunkový mix, bylinkový dip, bageta
večeře	Hokaidó směs s mletým masem, rýže

úterý 10. března 2026

snídaně	Pomazánka z rukoly, chléb, mrkev
svačina (dopolední)	Vanilkový krém s pečeným jablkem a skořicí
oběd	Krůtí kousky s rajčaty a mascarpone, těstoviny
svačina (odpolední)	Tvrdé sýry s borůvkami, trojhránky
večeře	Řepné karbanátky s quinoou a šťouchanými bramborami mámy

středa 11. března 2026

snídaně	Perník s malinovým jogurtem
svačina (dopolední)	Pomazánka se šmakounem, kukuřice, tyčinky
oběd	Tortilla plněná špenátem a kuřecím masem
svačina (odpolední)	Cottage s hruškami a lískovými oříšky
večeře	Medailonky z panenky, celerové pyré, okurkový salát

čtvrtek 12. března 2026

snídaně	Rybičková pomazánka, chléb
svačina (dopolední)	Borůvkovo-kokosový mléčný nápoj
oběd	Hovězí maso s cuketovým zelím, špalíčky
svačina (odpolední)	Sýrová rolka, rohlíček
večeře	Krůtí kostky s pažitkovou omáčkou, kuskus

pátek 13. března 2026

snídaně	Pečivo s trhaným kuřecím masem
svačina (dopolední)	Salát s fenyklem a čerstvým sýrem
oběd	Rýžový nákyp se švestkami
svačina (odpolední)	Bazalková ricotta, knuspi
večeře	Treska s mrkví, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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