

Monday 15. December 2025

breakfast	Hruškový muffin, jogurt s javorovým sirupem
snack (morning)	Veje s hořčičným dresinkem, kukuřičné trojhránky
lunch	Tuňákové kuličky s tomatovým přelivem, těstoviny
snack (afternoon)	Borůvkovo-kokosový mléčný nápoj
dinner	Restovaná rýže se zeleninou a šmakounem

Tuesday 16. December 2025

breakfast	Zapečený sýrovo-šunkový toust
snack (morning)	Tvarohový dezert s oSTRUŽINAMI
lunch	Krůtí maso s máslovou dýní a smetanou, bulgur
snack (afternoon)	Mrkvové placky s kukuřicí, dip s čedarem
dinner	Trhané vepřové maso se zeleninovou salsou a ciabattou

Wednesday 17. December 2025

breakfast	Ovesná kaše s meruňkami a bílou čokoládou
snack (morning)	Cuketa se zakysanou smetanou
lunch	Kuřecí s pečenou červenou řepou, špalíčky
snack (afternoon)	Bageta s ochuceným žervé
dinner	Boloňské špagety s parmazánem

Thursday 18. December 2025

breakfast	Rukolové pesto se sýrem, pečivo
snack (morning)	Sušené švestky a banány
lunch	Tortilla s vepřovým masem, avokádovou salsou a chřestem
snack (afternoon)	Cottage s ořechy a čekankovým sirupem, tyčinky
dinner	Celeroovo-bramborový gratin s krůtím masem

Friday 19. December 2025

breakfast	Vajíčková pomazánka, lollo rosso salát, náš žitný chléb
snack (morning)	Mrkvový salát s jablky a kokosovými lupínky
lunch	Buchtičky s vanilkovým krémem
snack (afternoon)	Mini mozzarella s restovaným lilkem, knuspi
dinner	Štika se sýrovou omáčkou, pečené batáty

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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