

**Monday** 16. February 2026

|                   |                                                      |
|-------------------|------------------------------------------------------|
| breakfast         | Pomazánka s ementálem, chléb                         |
| snack (morning)   | Bílý jogurt se sušeným ovocem                        |
| lunch             | Kuřecí palička s cuketou a bulgurem, hroznový kompot |
| snack (afternoon) | Šunková rolka, meloun, bageta                        |
| dinner            | Hovězí maso s petrželovým pyré a batáty              |

**Tuesday** 17. February 2026

|                   |                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------------------|
| breakfast         | Pohanková kaše s meruňkami a chia semínky              |
| snack (morning)   | Čedarová salsa se zeleninou, knuspi                    |
| lunch             | Krůtí prsa s rajčaty a goudou, rýže s lilkem           |
| snack (afternoon) | Mléčný dezert s malinami, cornflakes s bílou čokoládou |
| dinner            | Salát s tuňákem, mozzarellou a bazalkovým dresinkem    |

**Wednesday** 18. February 2026

|                   |                                                                   |
|-------------------|-------------------------------------------------------------------|
| breakfast         | Pomazánka z restované šunky, salát, pečivo                        |
| snack (morning)   | Okurková směs se zakysanou smetanou a lněným semínkem, trojhránky |
| lunch             | Zapečené palačinky s tvarohovým krémem a borůvkami                |
| snack (afternoon) | Pestrá polévka se strouhaným sýrem                                |
| dinner            | Kuřecí maso se špenátem, barevná quinoa                           |

**Thursday** 19. February 2026

|                   |                                                            |
|-------------------|------------------------------------------------------------|
| breakfast         | Koláč s vanilkovou příchutí a višňovým krémem              |
| snack (morning)   | Koprový dip, tyčinky, salát                                |
| lunch             | Losos s holandskou omáčkou, chřestem a pečenými bramborami |
| snack (afternoon) | Cottage se švestkami a mátou                               |
| dinner            | Zlatá rýže se zeleninou a šmakounem                        |

**Friday** 20. February 2026

|                   |                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------|
| breakfast         | Sendvič s červenou řepou a fetou                  |
| snack (morning)   | Borůvky s blaťáckým zlatem a šunkou               |
| lunch             | Vepřové kousky s hlívou ústřičnou, penne          |
| snack (afternoon) | Halušky s tvarohem                                |
| dinner            | Trhané krůtí maso s pečenou dýní, pečivo ciabatta |

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)