

**Monday** 16. June 2025

breakfast	Panini s bazalkovým pestem a mozzarellou, polníček
snack (morning)	Broskvovo-kokosové keřírové mléko
lunch	Mleté maso s jogurtovým dipem, těstoviny
snack (afternoon)	Sýrová pomazánka, rohlíček, borůvky
dinner	Kuřecí roláda s houbovou fáší, rýže

Tuesday 17. June 2025

breakfast	Sladká quinoa s malinami a čokoládou
snack (morning)	Tyčinky s philadelphia, ledový salát
lunch	Krůtí kostky s chřestovým přelivem, brambory
snack (afternoon)	Hrušky se skořicí a bílým jogurtem
dinner	Zapečený okoun na rajčatech s kuskusem

Wednesday 18. June 2025

breakfast	Pomazánka s ementálem, chléb, okurka
snack (morning)	Carpaccio z červené řepy s fetou
lunch	Brynzové halušky se šunkou
snack (afternoon)	Mléčný dezert se švestkami, cornflakes
dinner	Vepřové maso se sous-vide zeleninou a parmazánovým dresingem

Thursday 19. June 2025

breakfast	Koláč s vanilkovou příchutí a višňovým krémem
snack (morning)	Vejce s pomazánkovým máslem, toust
lunch	Lososové kuličky s omáčkou z mascarpone, bulgur
snack (afternoon)	Mrkvový salát, sladké knuspi
dinner	Tortilla plněná špenátem a krůtím masem

Friday 20. June 2025

breakfast	Žitný chléb s tvarohovou pomazánkou
snack (morning)	Ostružinový jogurt s ovesnými vločkami
lunch	Kuřecí palička s jasmínovou rýží, hroznový kompot
snack (afternoon)	Dýňové placky se šmakounem, dip ze zakysané smetany
dinner	Těstoviny s ricottou, pečeným celerem a čedarem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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