

**pondělí** 18. května 2026

snídaně	Cottage s parmskou šunkou, mrkvový salát, pečivo
svačina (dopolední)	Carpaccio z červené řepy s balkánským sýrem
oběd	Těstovinový nákyp s broskvemi
svačina (odpolední)	Chléb s kukuřičnou pomazánkou
večeře	Krůtí maso se špenátem, barevná quinoa

**úterý** 19. května 2026

snídaně	Koláč s vanilkovou příchutí a višňovým krémem
svačina (dopolední)	Šunková rolka s brynzou, knuspi
oběd	Bulgur s karamelizovaným fenyklem, kuřecím masem a čedarovou omáčkou
svačina (odpolední)	Banánovo-avokádové smoothie
večeře	Hovězí na zelenině, gnocchi

**středa** 20. května 2026

snídaně	Cuketová smaženice, pečivo
svačina (dopolední)	Sušené švestky a meruňky
oběd	Candát s pomodoro směsí, pečené brambory
svačina (odpolední)	Tvaroh na slano s tyčinkami
večeře	Vepřové kousky s hlívou ústřičnou, penne

**čtvrtek** 21. května 2026

snídaně	Jáhelný pudink s oSTRUŽINAMI
svačina (dopolední)	Ciabatta s lučinou, šunkou a goudou
oběd	Hovězí kousky s glazovanou červenou řepou, kuskus
svačina (odpolední)	Taštičky s povidlovou náplní
večeře	Kuřecí maso se sýrovým dresinkem a sous-vide zeleninou

**pátek** 22. května 2026

snídaně	Pečivo s trhaným vepřovým masem
svačina (dopolední)	Pomazánka se šmakounem, trojhránky
oběd	Krůtí na celeru, rýže
svačina (odpolední)	Náš pribináček s borůvkami
večeře	Salát s tuňákem, mozzarellou a bazalkovým dresinkem

**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)