

**pondělí 22. září 2025**

snídaně	Pomazánka z rukoly, chléb
svačina (dopolední)	Mrkvový salát s morušemi a jablky
oběd	Okoun se strouhankovou krustou a bramborovou kaší, kompot
svačina (odpolední)	Zeleninová směs s provensálským kořením, šunkou a rohlíčkem
večeře	Zapečené těstoviny se špenátem a krůtím masem

úterý 23. září 2025

snídaně	Tuňákový sendvič
svačina (dopolední)	Dip z čerstvého sýra s okurkovými hranolky
oběd	Kuřecí špíz se zeleninou a žampiony, rýže
svačina (odpolední)	Ovesný müsli dezert s malinovým jogurtem
večeře	Bulgur s červenou řepou a balkánem

středa 24. září 2025

snídaně	Krupicová kaše s oSTRUŽINAMI a bílou čokoládou
svačina (dopolední)	Mátový krém, trojhránky
oběd	Masový burger s batátovými hranolky
svačina (odpolední)	MLÉČNÝ nápoj višňo-vanilka, koláčky
večeře	Treska s dušenou cuketou a kuskusem

čtvrtek 25. září 2025

snídaně	Ciabatta s petrželkovým máslem a šunkou, meloun
svačina (dopolední)	Salát se šmakounem a krémovým dresinkem
oběd	Hovězí nudličky s bylinkovým přelivem, halušky
svačina (odpolední)	Náš hruškový kompot, bílý jogurt
večeře	Kuřecí maso s rajčaty a parmazánem, pita chléb, okurková salsa

pátek 26. září 2025

snídaně	Vajíčková pomazánka, lollo rosso salát, bageta
svačina (dopolední)	Chřestová směs, knuspi
oběd	Těstoviny s ricottou, pečeným celerem a čedarem
svačina (odpolední)	Pudinkové šátečky, borůvky
večeře	Dýňová salsa s mletým vepřovým masem, barevná quinoa

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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