

Monday 24. November 2025

breakfast	Mátové mousse, salát, ciabatta
snack (morning)	Cottage s vejcem, tyčinky
lunch	Farfalle s pestem z pečené řepy a šmakounem
snack (afternoon)	Dezert se švestkami a ovesnými vločkami
dinner	Lehká hovězí svíčková, rýžový muffinek

Tuesday 25. November 2025

breakfast	Jáhlová kaše s borůvkami a chia semínky
snack (morning)	Dip z pečeného lilku, bageta
lunch	Losos se špenátem a batáty
snack (afternoon)	Mrkvový salát s konopnými semínky, sladké knuspi
dinner	Tvarohové gnocchi v rajske omáče se sýrem

Wednesday 26. November 2025

breakfast	Pomazánka s ementálem, mrkvové hranolky, chléb
snack (morning)	Okurková salsa s koprem, rohlíček
lunch	Hovězí na houbách, rýže
snack (afternoon)	Vanilkový dezert s meruňkami
dinner	Špagety s krémovým fenylem a s krůtím masem

Thursday 27. November 2025

breakfast	Sendvič s trhaným masem a polníčkem
snack (morning)	Banánovo-višňové pyré
lunch	Kuřecí roláda s čedarem a dýní, kuskus
snack (afternoon)	Minimozzarella s melounem, makadamovými oříšky a trojhránky
dinner	Treska s parmazánem, chřest se šunkou, brambory

Friday 28. November 2025

breakfast	Omeleta s mascarpone, náš chléb
snack (morning)	Krémová zeleninová polévka se sýrem
lunch	Vepřové na paprice, halušky
snack (afternoon)	Ostružinový jogurt s burisony
dinner	Králík na bílém víně, bulgur

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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