

Monday 27. July 2026

breakfast	Bageta s chřestovou pomazánkou, salát
snack (morning)	Šunkový mix, bylinkový dip, knuspi
lunch	Kuřecí s mascarponovo-cuketovým přelivem, zlatá rýže
snack (afternoon)	Meruňkový dezert s piškoty
dinner	Hovězí v rajčatové omáčce, těstoviny

Tuesday 28. July 2026

breakfast	Míchaná vejce s restovanou zeleninou, pečivo
snack (morning)	Rukolová polévka s parmazánem
lunch	Tvarohové špalíčky se švestkami
snack (afternoon)	Žampionový dip, tyčinky
dinner	Masové výpečky s bramborovou kaší, římský salát s dresinkem

Wednesday 29. July 2026

breakfast	Pečivo s libečkovým máslem a sýrem
snack (morning)	Cottage s hořčicí, mrkvové hranolky
lunch	Zapečené těstoviny se špenátem a krůtím masem
snack (afternoon)	Bílý jogurt se sušeným ovocem
dinner	Treska s batáty a bazalkovým dresingem

Thursday 30. July 2026

breakfast	Mrkvová buchta s jogurtem s vanilkovou příchutí
snack (morning)	Mátová ricotta, knuspi
lunch	Hovězí kostky s červenou řepou, špecle
snack (afternoon)	Malinovo-jablečná přesnídávka s lískovými oříšky
dinner	Kuřecí plátek s parmazánem a fenyklovým čatní, kuskus

Friday 31. July 2026

breakfast	Pomazánka z restované šunky, salát, pečivo
snack (morning)	Jogurtový dezert s višněmi a meduňkou
lunch	Losos s tzatziky, pečenou zeleninou a pitou
snack (afternoon)	Quinoové muffiny se zakysanou smetanou
dinner	Dýňová salsa s mletým hovězím masem, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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