

pondělí 27. října 2025

snídaně	Croissant s tvarohovo-malinovým krémem a hruškovým chutney
svačina (dopolední)	Carpaccio z červené řepy s balkánským sýrem
oběd	Španělský ptáček naruby, rýže, mrkvový salát
svačina (odpolední)	Pomazánka z ricotty a brynzy, rohlíček
večeře	Špagety s masovými kuličkami na chřestovém pestu

úterý 28. října 2025

snídaně	Vajíčkový salát, chléb
svačina (dopolední)	Ostružinový jogurt s ovesnými vločkami
oběd	Krůtí nudličky se zelenými fazolkami v krémové omáčce, bulgur
svačina (odpolední)	Šunkový mix, pažitkový dip, bageta
večeře	Pečený losos s bramborami a bazalkovým dresingem

středa 29. října 2025

snídaně	Mini mozzarella s tymiánovým máslem, baby karotka, chléb
svačina (dopolední)	Houby s cuketou, tyčinky
oběd	Salát z quinoj s meruňkami a čerstvým sýrem
svačina (odpolední)	Dezert s višněmi a arašídovým máslem
večeře	Vepřové kousky se smetanovým přelivem z pečených paprik, halušky

čtvrtek 30. října 2025

snídaně	Palačinky s broskvovým přelivem a tvarohem
svačina (dopolední)	Avokádová salsa se sýrem, okurka, trojhránky
oběd	Kuřecí roláda plněná čedarem, brambory
svačina (odpolední)	Cottage s jablky a lískovými oříšky
večeře	Hovězí maso s lilkem, zlatý kuskus

pátek 31. října 2025

snídaně	Pomazánka s červenou čočkou, salát dubáček, kornbageta
svačina (dopolední)	Jogurt se zakysanou smetanou a švestkami
oběd	Těstoviny s tuňákem a bešamelovou omáčkou
svačina (odpolední)	Špenátová polévka s krutony
večeře	Dýňové rizoto s krůtím masem a parmazánem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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