

pondělí 30. června 2025

snídaně	Špenátová míchaná vejce, chléb
svačina (dopolední)	Ovocné smoothie
oběd	Tortilla s krůtím masem, avokádovou salsou a sýrem
svačina (odpolední)	Cottage s žervé, trojhránky
večeře	Vepřové kousky s pažitkovou omáčkou, kuskus

úterý 1. července 2025

snídaně	Pomazánka z restované šunky, ciabatta, meloun
svačina (dopolední)	Čerstvý sýr s římským salátem a zálivkou, knuspi
oběd	Sladkokyselé kuřecí maso, rýže
svačina (odpolední)	Švestkový jogurt s piškoty
večeře	Losos s houbovým dipem, pečené brambory

středa 2. července 2025

snídaně	Hruškový závin s vanilkovým krémem
svačina (dopolední)	Salát se šmakounem a jogurtovým dresinkem
oběd	Fleky se zelím z cukety
svačina (odpolední)	Dezert s borůvkami a mascarpone
večeře	Krůtí s pečenou červenou řepou, špalíčky

čtvrtek 3. července 2025

snídaně	Kuřecí maso s tzatziki a parmazánem, pečivo
svačina (dopolední)	Chřestová směs s mátou, rohlíček
oběd	Okoun se strouhankovou krustou a bramborovou kaší
svačina (odpolední)	Sýrovo variace, mrkvové hranolky
večeře	Rýžový nákyp s meruňkami

pátek 4. července 2025

snídaně	Jáhlové muffiny se sušeným ovocem a malinovým krémem
svačina (dopolední)	Bazalková ricotta, tyčinky
oběd	Králík na divoko, bulgur
svačina (odpolední)	Halušky s tvarohem
večeře	Hovězí guláš, penne těstoviny

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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