

**pondělí 31. srpna 2026**

|                     |                                              |
|---------------------|----------------------------------------------|
| snídaně             | Zapečený sýrovo-šunkový toust                |
| svačina (dopolední) | Pudink z quinoj s oSTRUŽINAMI                |
| oběd                | Špagety s krémovým fenyklem a vepřovým masem |
| svačina (odpolední) | Celerovo-mrkvová pomazánka, křehký chléb     |
| večeře              | Kuřecí kousky s čedarem a dýní, bulgur       |

**úterý 1. září 2026**

|                     |                                                  |
|---------------------|--------------------------------------------------|
| snídaně             | Mátové mousse, červená řepa, chléb               |
| svačina (dopolední) | Grilovaná cuketa se šunkou a parmazánem          |
| oběd                | Trhané krůtí maso s okurkovou salsou a ciabattou |
| svačina (odpolední) | Malinový dezert na způsob tiramisu               |
| večeře              | Lehká hovězí svíčková, rýžový muffin             |

**středa 2. září 2026**

|                     |                                                |
|---------------------|------------------------------------------------|
| snídaně             | Jáhlová kaše s borůvkami a chia semínky        |
| svačina (dopolední) | Cottage s vejcem, rohlíček                     |
| oběd                | Okoun s parmazánem, chřest se šunkou, brambory |
| svačina (odpolední) | Meruňkový jogurt s burisony                    |
| večeře              | Tvarohové gnocchi v rajské omáčce se sýrem     |

**čtvrtek 3. září 2026**

|                     |                                           |
|---------------------|-------------------------------------------|
| snídaně             | Sýrová pěna s kyselou okurkou, chléb      |
| svačina (dopolední) | Dezert s žervé sýrem a višněmi            |
| oběd                | Hovězí na houbách, rýže                   |
| svačina (odpolední) | Čerstvý sýr se salátem a zálivkou, knuspi |
| večeře              | Krůtí na paprice, těstoviny               |

**pátek 4. září 2026**

|                     |                                             |
|---------------------|---------------------------------------------|
| snídaně             | Pečené švestky s minimozzarellou a mazancem |
| svačina (dopolední) | Trojhránky s kukuřičnou pomazánkou          |
| oběd                | Králík na bílém víně a hořčici, kuskus      |
| svačina (odpolední) | Náš hruškový kompot, bílý jogurt            |
| večeře              | Candát se špenátem a batáty                 |

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)