

**Monday** 6. July 2026**Tuesday** 7. July 2026

breakfast	Lívanečky s banánovým jogurtem
snack (morning)	Restované žampiony s květákem a sýrovými chipsy
lunch	Tuňákové kuličky v mandlovo-kokosové omáčce, těstoviny
snack (afternoon)	Šunka s mozzarellou, knuspi
dinner	Hovězí stir fry na zázvoru, rýže, okurková salsa se sezamovou zálivkou

Wednesday 8. July 2026

breakfast	Sendvič plněný pomazánkou s ředkvičkami, mrkev
snack (morning)	Cizrnová pochoutka, barevná paprika, tyčinky
lunch	Trhané maso s pečenými bramborami, salát s čedarovým dresinkem
snack (afternoon)	Jahodová přesnídávka s hořkou čokoládou
dinner	Penne s pomodoro salsou, kapary a sýrem

Thursday 9. July 2026

breakfast	Drůbeží paštika s oříšky a brusinkami, pečivo
snack (morning)	Cottage s uzeným sýrem, salát, rohlíček
lunch	Vepřová panenka, cuketovník, dušená červená řepa
snack (afternoon)	Tiramisu z ricotty
dinner	Koprová omáčka s vejcem, brambory

Friday 10. July 2026

breakfast	Špenátová pomazánka, ředkev, chléb
snack (morning)	Kefír s malinami
lunch	Chunks kousky v parmazánové omáčce, kuskus s pečenými rajčaty
snack (afternoon)	Sýrová pizza, salát
dinner	Halušky se zelím a uzeným masem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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