

**Monday** 7. July 2025

breakfast	Pomazánka z pečených paprik s olivami, kedlubna, bageta
snack (morning)	Šunková rolka, salát, tyčinky
lunch	Těstoviny se špenátem, panýrem a mandlemi
snack (afternoon)	Tvarohový dezert s borůvkovým přelivem
dinner	Krůtí plátek s hermelínem a brusinkami, pečené brambory

Tuesday 8. July 2025

breakfast	Vanilková jáhlová kaše s jahodami a pistáciemi
snack (morning)	Petrželková pomazánka, salát, chléb
lunch	Kuřecí paličky s rajčaty a mascarpone, rýže
snack (afternoon)	Cibulové čatni se sýrem, pečivo
dinner	Mrkev s hráškem na smetaně, vejce, kuskus

Wednesday 9. July 2025

breakfast	Chléb se sýrovou pomazánkou, cherry rajčata
snack (morning)	Salát Waldorf
lunch	Sekaná s řepou, mátovým dresinkem a šťouchanými bramborami
snack (afternoon)	Obilné polštářky s kokosovou náplní a mangovým jogurtem
dinner	Treska s cuketovým přelivem, bulgur

Thursday 10. July 2025

breakfast	Cizrnové brownies s oSTRUŽINAMI a ricottou
snack (morning)	Krémová polévka se zelenými fazolkami a semínky
lunch	Salát s krůtím masem, slaninou a nivou, naše pečivo
snack (afternoon)	Mrkvový dip, okurka, křehký rohlíček
dinner	Vepřové maso na žampionech, špecle

Friday 11. July 2025

breakfast	Tortilla s vejcem a čerstvým sýrem
snack (morning)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem
lunch	Zapečené batáty se zeleninou a mletým masem
snack (afternoon)	Tatarák z uzeného lososa, ředkev, trojhránky
dinner	Kuřecí kari s květákem a kokosovým mlékem, jasmínová rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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