

**Monday** 13. July 2026

breakfast	Müsli s pistáciemi a malinami
snack (morning)	Salát se šmakounem, karamelizovanou cibulí a dresinkem
lunch	Kuřecí paličky s rajčaty a mascarpone, rýže
snack (afternoon)	Tyčinky s paprikovým dipem, kedlubna
dinner	Treska na kari a zázvoru, kuskus

Tuesday 14. July 2026

breakfast	Míchaná vajíčka se sýrem, okurka, ciabatta
snack (morning)	Polévka z pečeného pastináku
lunch	Zapečené batáty se zeleninou a mletým masem
snack (afternoon)	Tvarohový dezert s mandarinkami a ořechy
dinner	Hráškové rizoto s parmazánem

Wednesday 15. July 2026

breakfast	Pečivo s bazalkovou pomazánkou a rajčaty, salát
snack (morning)	Banánovo-švestkový dezert
lunch	Čočka na kyselo s vejcem, chléb
snack (afternoon)	Cuketové placky s olivami a dresinkem
dinner	Těstoviny s karotkovou omáčkou a kuřecím masem

Thursday 16. July 2026

breakfast	Wrap s krůtím masem, anglickou slaninou a čedarem
snack (morning)	Houbový tatarák s výhonky hrášku, ředkev, knuspi
lunch	Sekaná pečeně z robi s naší tatarkou, bramborová kaše
snack (afternoon)	Citronový tvarohový krém s čokoládou
dinner	Hovězí kousky na celeru, bulgur

Friday 17. July 2026

breakfast	Blaťácké zlato s pažitkovou pomazánkou, paprika, pečivo
snack (morning)	Ricottový krém s ostružinami a chia
lunch	Gratinovaný krůtí plátek s brynzou, tarhoňa
snack (afternoon)	Cottage s uzeným lososem, salát, trojhránky
dinner	Balkánský sýr se špenátem a brusinkami, pečené brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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