

**pondělí 14. září 2026**

|                     |                                                      |
|---------------------|------------------------------------------------------|
| snídaně             | Celeroovo-mrkvová pomazánka s výhonky, salát, bageta |
| svačina (dopolední) | Goji dezert                                          |
| oběd                | Zapečené francouzské brambory, rajčatová salsa       |
| svačina (odpolední) | Cottage se semínky, tyčinky                          |
| večeře              | Robi plátek s cibulovým přelivem, zlatá rýže         |

**úterý 15. září 2026**

|                     |                                                   |
|---------------------|---------------------------------------------------|
| snídaně             | Míchaná vejíčka na másle, barevná paprika, pečivo |
| svačina (dopolední) | Dezert s borůvkovým přelivem                      |
| oběd                | Barevné fusilli se špenátem, čedarem a mandlemi   |
| svačina (odpolední) | Pažitková lučina, salát, trojhránky               |
| večeře              | Kuřecí roláda s kukuřicí a ricottou, bulgur       |

**středa 16. září 2026**

|                     |                                                          |
|---------------------|----------------------------------------------------------|
| snídaně             | Pečivo s ananasovou pomazánkou, okurky                   |
| svačina (dopolední) | Cuketová polévka s parmazánem                            |
| oběd                | Tortilla s rukolou, červenou řepou a kozím sýrem         |
| svačina (odpolední) | Obilné polštářky s kokosovou náplní a malinovým jogurtem |
| večeře              | Těstoviny se zelím a mletým masem                        |

**čtvrtek 17. září 2026**

|                     |                                                 |
|---------------------|-------------------------------------------------|
| snídaně             | Slaný koláč s olivami a rajčaty                 |
| svačina (dopolední) | Šunková rolka s brynzovou náplní, křehké pečivo |
| oběd                | Kedgeree rýže s krůtím masem a vejcem           |
| svačina (odpolední) | Jahodovo-jablečná přesnídávka                   |
| večeře              | Treska s houbovým přelivem, pečené brambory     |

**pátek 18. září 2026**

|                     |                                                           |
|---------------------|-----------------------------------------------------------|
| snídaně             | Palačinky s fíkovo-hruškovým džemem a strouhaným tvarohem |
| svačina (dopolední) | Cherry rajčata s mini mozzarellou a zálivkou balsamico    |
| oběd                | Kuřecí maso s mascarponovo-citrónovou omáčkou, špecle     |
| svačina (odpolední) | Bramborový muffin se šunkou a čedarem, kedlubna           |
| večeře              | Kari z černé čočky s dýní Hokkaido                        |

**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)