

**pondělí 15. září 2025**

snídaně	Houbovo-pórkový koláč
svačina (dopolední)	Tvarohový krém s oSTRUŽINAMI
oběd	Dušená zvěřina se sušenými švestkami a karotkou, bulgur
svačina (odpolední)	Cizrnová pochoutka, zeleninový mix se semínky a krutony
večeře	Burger s čedarem a salsou Taco, pečivo

úterý 16. září 2025

snídaně	Jáhlový dezert s meruňkovým Míšou
svačina (dopolední)	Cottage s dýňovými semínky, paprika, trojhránky
oběd	Rizoto s lilkem, pečenými rajčaty a parmazánem
svačina (odpolední)	Pečená růžičková kapusta s dipem, bageta
večeře	Krůtí plátek se šunkou a kozím sýrem, kuskus

středa 17. září 2025

snídaně	Mozzarella s jahodami a kešu, bageta
svačina (dopolední)	Luštěninová paštika s žampiony, salát, křehké pečivo
oběd	Kuřecí maso s dýní, koprem a pečenou cuketou, štouchané brambory
svačina (odpolední)	Jogurt s borůvkovým pyré, cereálie, blumy
večeře	Vepřové na paprice, barevné těstoviny

čtvrtek 18. září 2025

snídaně	Pomazánka z lučiny a restované šunky, salát, žitný chléb
svačina (dopolední)	Cibulačka s opečenými kostičkami bylinkového pečiva
oběd	Krůtí maso se zeleninovými hranolkami, jogurtový dresink
svačina (odpolední)	Banánovo-mangové pyré s čokoládou
večeře	Hovězí maso se sójovou omáčkou, kurkumou a koriandrem, bulgur

pátek 19. září 2025

snídaně	Pomazánka z ricotty a brynzy, chléb
svačina (dopolední)	Ananasovo-mandarinkový mix s jogurtem a ořechy
oběd	Špagety se špenátovou krémovou omáčkou a vepřovými nudličkami
svačina (odpolední)	Rajčata s polníčkem a madelandem
večeře	Treska s bylinkovým máslem a bramborovým salátem s ředkvičkami

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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