

**pondělí** 15. prosince 2025

snídaně	Tvarohové syrníky s mangovo-marakujovým přelivem a ricottovým krémem
svačina (dopolední)	Rajčatová terina s minimozzarellou, křehké pečivo
oběd	Losos na bylinkách, pečené brambory, okurkový salát
svačina (odpolední)	Pomazánka s nivou, ředkev, chléb
večeře	Kuřecí maso se zelenými fazolkami, zlatý kuskus

úterý 16. prosince 2025

snídaně	Pomazánka budapeštská, okurky, chléb
svačina (dopolední)	Krůtí prso s listovým salátem a medovou zálivkou
oběd	Španělský ptáček naruby, rýže
svačina (odpolední)	Dezert na způsob tiramisu s jahodami
večeře	Barevné těstoviny se sýrovou omáčkou a zeleninou

středa 17. prosince 2025

snídaně	Lívanečky s broskvemi a kokosovým krémem
svačina (dopolední)	Celerová polévka
oběd	Zapečený robi plátek s goudou, batáty s bylinkovým dresinkem
svačina (odpolední)	Brokolicový dip, sýrové tyčinky
večeře	Krůtí nudličky na houbách, halušky

čtvrtek 18. prosince 2025

snídaně	Pomazánka z lučiny a opečené šunky, paprika, žitný chléb
svačina (dopolední)	Tvaroh s oSTRUŽINAMI a datlovým sirupem
oběd	Vepřové maso s rajskou salsou a tarhoňou
svačina (odpolední)	Restované žampiony se salátem a krutony
večeře	Mrkvový muffin s ricottovým dipem, polenta, ovocný kompot

pátek 19. prosince 2025

snídaně	Drůbeží paštika s oříšky a brusinkami, rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Zeleninové placky s petrželkovým dresinkem
oběd	Tortilla s rukolou, vejcem, červenou řepou a kozím sýrem
svačina (odpolední)	Čokoládový koláč s tvarohem a borůvkovým rozvarem
večeře	Hovězí kostky se špenátem a karamelizovanou cibulí, brambory

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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