

**Monday** 15. December 2025

breakfast	Tvarohové syrníky s mangovo-marakujevým přelivem a ricottovým krémem
snack (morning)	Rajčatová terina s minimozzarellou, křehké pečivo
lunch	Losos na bylinkách, pečené brambory, okurkový salát
snack (afternoon)	Pomazánka s nivou, ředkev, chléb
dinner	Kuřecí maso se zelenými fazolkami, zlatý kuskus

Tuesday 16. December 2025

breakfast	Pomazánka budapeštská, okurky, chléb
snack (morning)	Krůtí prso s listovým salátem a medovou zálivkou
lunch	Španělský ptáček naruby, rýže
snack (afternoon)	Dezert na způsob tiramisu s jahodami
dinner	Barevné těstoviny se sýrovou omáčkou a zeleninou

Wednesday 17. December 2025

breakfast	Lívanečky s broskvemi a kokosovým krémem
snack (morning)	Celerová polévka
lunch	Zapečený robi plátek s goudou, batáty s bylinkovým dresinkem
snack (afternoon)	Brokolicový dip, sýrové tyčinky
dinner	Krůtí nudličky na houbách, halušky

Thursday 18. December 2025

breakfast	Pomazánka z lučiny a opečené šunky, paprika, žitný chléb
snack (morning)	Tvaroh s oSTRUŽINAMI a datlovým sirupem
lunch	Vepřové maso s rajskou salsou a tarhoňou
snack (afternoon)	Restované žampiony se salátem a krutony
dinner	Mrkvový muffin s ricottovým dipem, polenta, ovocný kompot

Friday 19. December 2025

breakfast	Drůbeží paštika s oříšky a brusinkami, rajčata, chléb
snack (morning)	Zeleninové placky s petrželkovým dresinkem
lunch	Tortilla s rukolou, vejcem, červenou řepou a kozím sýrem
snack (afternoon)	Čokoládový koláč s tvarohem a borůvkovým rozvarem
dinner	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