

pondělí 16. listopadu 2020

snídaně	Tvarohová pomazánka s brusinkami, pečivo, cherry rajčata
svačina (dopolední)	Mangové lassi
oběd	Vepřové výpečky s artyčokovým pyré
svačina (odpolední)	Olivový cottage, kukuřičník
večeře	Masová tortilla se zeleninovou směsí

úterý 17. listopadu 2020

snídaně	Tuňákový sendvič
svačina (dopolední)	Smetanový dezert s malinami
oběd	Hovězí s omáčkou Teriyaki, rýže
svačina (odpolední)	Pomazánka z červené řepy, rohlíček
večeře	Zapečený kuřecí plátek se šunkou a eidamem, šťouchané brambory

středa 18. listopadu 2020

snídaně	Míchaná vejce se šunkou, pečivo, kedluben
svačina (dopolední)	Špenátový dip, mini toasty, mrkev
oběd	Mleté maso s chilli krémem, naše těstoviny
svačina (odpolední)	Broskvové tiramisu
večeře	Tmavá treska v kokosové omáčce, zeleninový bulgur

čtvrtek 19. listopadu 2020

snídaně	Pomazánka z brynzý, pečivo, mandarinky
svačina (dopolední)	Kukuřice se sýrem
oběd	Drůbeží roláda s mandlovo-houbovou náplní, kuskus, okurkový salát
svačina (odpolední)	Obilné polštářky s kokosovou náplní a bílým jogurtem
večeře	Dvoubarevné fazole se zeleninou a parmskou šunkou

pátek 20. listopadu 2020

snídaně	Krupicová kaše s jablky a skořicí
svačina (dopolední)	Hanácký salát s vejcem, křehký plátek
oběd	Kuřecí fleky s citronovou omáčkou, pečené brambory, kompot
svačina (odpolední)	Pomazánka budapeštská, fitchléb
večeře	Hovězí směs s dýní, jasmínová rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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