

**pondělí 17. srpna 2026**

snídaně	Špenátová míchaná vejce, kedlubna, ciabatta
svačina (dopolední)	Hruškové smoothie
oběd	Barevné těstoviny se sýrovou omáčkou a hráškem
svačina (odpolední)	Slaný koláč s cottage sýrem a šunkou, okurka
večeře	Vepřové nudličky se zelenými olivami a žampiony, šťouchané brambory

úterý 18. srpna 2026

snídaně	Pomazánka květáková, cherry rajčata, pečivo
svačina (dopolední)	Tvaroh s lesním ovocem a chia
oběd	Rizoto z pečených paprik s Halloumi sýrem
svačina (odpolední)	Salát Waldorf
večeře	Krůtí směs s kukuřicí a smetanou, kuskus

středa 19. srpna 2026

snídaně	Jogurtový krém s borůvkovým pyré a pečeným müsli
svačina (dopolední)	Knuspi s pórkovým žervé
oběd	Gyros s celozrnnou pitou a zelným salátem
svačina (odpolední)	Mrkvové placky s amarantem a kari dipem, salát
večeře	Špalíčky s cuketou a pestem z pečeného česneku

čtvrtek 20. srpna 2026

snídaně	Sendvič s pomazánkou z kuřecího masa, paprika
svačina (dopolední)	Celerová pomazánka s kukuřicí, salát, trojhránky
oběd	Hrachová kaše s kroupami a hovězími kousky
svačina (odpolední)	Pečený ananas s badyánem a bílým jogurtem
večeře	Nasi goreng rýže s uzeným tofu

pátek 21. srpna 2026

snídaně	Pomazánka z červené řepy, chléb
svačina (dopolední)	Mini mozzarella s libečkovým dipem, zelenina
oběd	Kuřecí roláda plněná chorizem a švestkami, pečené brambory
svačina (odpolední)	Mangovo-meruňkový dezert s čokoládou
večeře	Salát s tarhoňou, uzeným lososem a koprem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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