

**pondělí 19. října 2026**

snídaně	Pomazánka rybí, bageta
svačina (dopolední)	Cottage sýr a červenou řepou, trojhránky
oběd	Kuřecí nudličky s brokolicí, rýže
svačina (odpolední)	Ovocný aspik s krémem a kokosovými polštářky
večeře	Zapečené kedlubny se šunkou a goudou

úterý 20. října 2026

snídaně	Hermelín s brusinkovou florou, salát, chléb
svačina (dopolední)	Ricotta s olivami, okurka, křehké pečivo
oběd	Tortilla s červenými fazolemi a trhaným masem
svačina (odpolední)	Tvaroh s mátou a lesním ovocem
večeře	Kuřecí kousky s omáčkou z cuket a mascarpone, bulgur

středa 21. října 2026

snídaně	Pomazánka z lučiny a opečené šunky, paprika, ciabatta
svačina (dopolední)	Strouhaná mrkev s jablkem a rozinkami
oběd	Candát s pistáciovým pestem, pečené brambory
svačina (odpolední)	Rolky s tymiánovým krémem, knuspi
večeře	Dušené dančí kostky na balzamik s hráškem, těstoviny

čtvrtek 22. října 2026

snídaně	Tvarohové syrníky s mangovo-marakujovým přelivem a ricottovým krémem
svačina (dopolední)	Restované papriky se sýrovými chipsy
oběd	Houbový kuba s cibulkou a sýrem
svačina (odpolední)	Koprový dip se lněným semínkem, tyčinky
večeře	Krůtí maso s kari dýní, bramborové špalíčky

pátek 23. října 2026

snídaně	Špenátový quiche s madelandem, ředkev
svačina (dopolední)	Jahodové podmásli
oběd	Vaječný muffin s hořčičným přelivem, batáty
svačina (odpolední)	Rajčatová salsa se sýrem, pečivo
večeře	Vepřové maso na pivu a kořenové zelenině, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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