

**Monday** 23. February 2026

breakfast	Pomazánka alá krab, salát, pečivo
snack (morning)	Mangový jogurt s celozrnnými cereáliemi
lunch	Linguine s houbami a čedarem
snack (afternoon)	Cuketová směs s balkánským sýrem, krekry
dinner	Vepřová panenka na víně, bramborová kaše

Tuesday 24. February 2026

breakfast	Špenátový quiche s madelandem, ředkev
snack (morning)	Fitness tatarka, sýrové tyčinky
lunch	Čína s kuřecími nudličkami, rýže
snack (afternoon)	Kakaový tvaroh s malinami
dinner	Čočka na kyselo s vejcem, chléb

Wednesday 25. February 2026

breakfast	Ořechová pomazánka, salát, bageta
snack (morning)	Hruškové smoothie
lunch	Krůtí maso se zeleninovými hranolkami, jogurtový dresink
snack (afternoon)	Chorizo muffin, kedlubna
dinner	Těstoviny s brokolicovou omáčkou a parmazánem

Thursday 26. February 2026

breakfast	Vanilková jáhlová kaše s jahodami a pistáciemi
snack (morning)	Trojhránky s libečkov-pórkovou pomazánkou, paprika
lunch	Hrachová směs s lilkem a fetou, pečené brambory
snack (afternoon)	Zeleninový mix s mini mozzarellou, pečivo
dinner	Kuřecí kousky s hořčično-smetanovou omáčkou a bulgurem, okurkový salát

Friday 27. February 2026

breakfast	Tortilla se šunkou, sýrem cottage a rukolou
snack (morning)	Tatarák ze šmakouna, salát, knuspi
lunch	Mořská štika s kukuřičným pyré, kuskus
snack (afternoon)	Dezert s ostružinami a marakujovým přelivem
dinner	Hovězí tokáň se špeclami a hráškem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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