


pondělí 28. července 2025

snídaně	Omeleta se sušenými rajčaty, papriky, ciabatta
svačina (dopolední)	Náš kakaový termix s mátou
oběd	Špalda s cizrnou, tofu a parmazánovým dresinkem
svačina (odpolední)	Cottage s bylinkami, salát, sýrové tyčinky
večeře	Vepřové kousky na víně s višněmi, kuskus

úterý 29. července 2025

snídaně	Ořechová pomazánka, okurka, chléb
svačina (dopolední)	Restovaná hlíva se salátem a krutony
oběd	Gratinovaný kuřecí plátek s brynzou, zlatá rýže
svačina (odpolední)	Banánovo-švestkový dezert s arašídý
večeře	Těstoviny s hovězím masem, cuketou a kapary

středa 30. července 2025

snídaně	Rukolové pomazánkové máslo se šunkou, kedlubna, naše pečivo
svačina (dopolední)	Dezert s meruňkami a chia
oběd	Vepřové nudličky s přelivem z lučiny a pečenou zeleninou
svačina (odpolední)	Pomazánka z červené řepy, salát, kukuřičné trojhránky
večeře	Bulgurová směs s krůtím masem a uzeným sýrem

čtvrtek 31. července 2025

snídaně	Palačinky s mangem a kokosovým krémem
svačina (dopolední)	Koprový dip se lněným semínkem, salát, knuspi
oběd	Těstoviny se zeleninou, vejcem a tuňákem
svačina (odpolední)	Cibulačka s čedarem
večeře	Kuře na paprice s rýží

pátek 1. srpna 2025

snídaně	Žitný chléb s pórkovou pomazánkou, červený dubáček
svačina (dopolední)	Salát s ananasem, fenyklem a čerstvým sýrem
oběd	Krůtí maso s mascarponovo-citrónovou omáčkou, špecle s chřestem
svačina (odpolední)	Tvarohovo-čokoládový koláč s jahodovým rozvarem
večeře	Fazolová směs s bramborami a parmskou šunkou

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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