

**pondělí** 31. srpna 2026

snídaně	Míchaná vajíčka s brynzou, cherry rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Okurková salsa s fetou, tyčinky
oběd	Květákové kari s kokosovým mlékem, rýže
svačina (odpolední)	Sladký krém s broskvemi a chia
večeře	Hovězí nudličky na žampionech, kuskus

úterý 1. září 2026

snídaně	Hruškový muffin s javorovým krémem a malinami
svačina (dopolední)	Dýňová polévka
oběd	Vepřový segedínský guláš s tarhoňou
svačina (odpolední)	Rolky s tymiánovým krémem, knuspi
večeře	Pečený losos s fitness tatarkou, pečené grenaille

středa 2. září 2026

snídaně	Pečivo s kukuřičnou pomazánkou, barevná paprika
svačina (dopolední)	Salát s parmskou šunkou a hráškovými výhonky
oběd	Wrap s kuřecími kousky a parmazánovým dresinkem
svačina (odpolední)	Jogurt s jahodami a cereáliemi
večeře	Zelená čočka v rajčatové omáčce, zlatá rýže

čtvrtek 3. září 2026

snídaně	Slaný závin se zeleninou a uzeným masem
svačina (dopolední)	Tvarohový dezert s ostružinami a quinoou
oběd	Špalíčky se špenátovým pestem a cuketou
svačina (odpolední)	Cibulové čatni se sýrem Herold, trojhránky
večeře	Kuře na paprice, těstoviny

pátek 4. září 2026

snídaně	Palačinky s ananasovo-marakujovým pyré a ricottou
svačina (dopolední)	Opékané houby s bylinkovým žervé, ciabatta
oběd	Krůtí maso s přelivem z lučiny, pečené batáty
svačina (odpolední)	Olivový cottage, salát, křehké pečivo
večeře	Bulgurový salát se zeleninou a čedarem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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