

**Monday** 7. September 2026

|                   |                                                            |
|-------------------|------------------------------------------------------------|
| breakfast         | Sendvič s uzeným lososem, kedlubna                         |
| snack (morning)   | Malinový jogurt                                            |
| snack (afternoon) | Ricottový dip s ořechy a čerstvým sýrem, knuspi            |
| dinner            | Krůtí plátek s hermelínem a brusinkami, šťouchané brambory |

**Tuesday** 8. September 2026

|                   |                                            |
|-------------------|--------------------------------------------|
| breakfast         | Cottage s ementálem, cherry rajčata, chléb |
| snack (morning)   | Smoothie z jahod, mrkve a pomeranče        |
| snack (afternoon) | Žampionová pizza, bílá ředkev              |
| dinner            | Špenátové rizoto s čedarem                 |

**Wednesday** 9. September 2026

|                   |                                                        |
|-------------------|--------------------------------------------------------|
| breakfast         | Ovesná kaše s pudinkem a borůvkami                     |
| snack (morning)   | Hanácký salát, bageta                                  |
| snack (afternoon) | Dip s provensálskými bylinkami, nachos                 |
| dinner            | Kuřecí maso se sýrovou omáčkou, bulgur s baby karotkou |

**Thursday** 10. September 2026

|                   |                                                     |
|-------------------|-----------------------------------------------------|
| breakfast         | Bageta s bazalkovou florou a sýrem, barevná paprika |
| snack (morning)   | Pečená růžičková kapusta s chilli dipem, trojhránky |
| snack (afternoon) | Tvaroh s lesním ovocem a chia                       |
| dinner            | Mleté maso s mrkvovo-kokosovou směsí, kuskus        |

**Friday** 11. September 2026

|                   |                                                   |
|-------------------|---------------------------------------------------|
| breakfast         | Cuketová pomazánka, salát, pečivo                 |
| snack (morning)   | Restované papriky se sýrovými chipsy              |
| snack (afternoon) | Čokoládová pěna s chilli a oSTRUŽINAMI            |
| dinner            | Špagety se smetanovou omáčkou s kukuřicí a šunkou |

**Informace pro klienty**

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

Jídelníček s nutričními hodnotami najdete na [www.zdravestravovani.cz/jidelnicek](http://www.zdravestravovani.cz/jidelnicek)