

Monday 9. March 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 10. March 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 11. March 2026

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

Thursday 12. March 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 13. March 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