

Monday 17. August 2026

breakfast	Špenátová míchaná vejce, kedlubna, ciabatta
snack (morning)	Hruškové smoothie
snack (afternoon)	Slaný koláč s cottage sýrem a šunkou, okurka
dinner	Vepřové nudličky se zelenými olivami a žampiony, šťouchané brambory

Tuesday 18. August 2026

breakfast	Pomazánka květáková, cherry rajčata, pečivo
snack (morning)	Tvaroh s lesním ovocem a chia
snack (afternoon)	Salát Waldorf
dinner	Krůtí směs s kukuřicí a smetanou, kuskus

Wednesday 19. August 2026

breakfast	Jogurtový krém s borůvkovým pyré a pečeným müsli
snack (morning)	Knuspi s pórkovým žervé
snack (afternoon)	Mrkvové placky s amarantem a kari dipem, salát
dinner	Špalíčky s cuketou a pestem z pečeného česneku

Thursday 20. August 2026

breakfast	Sendvič s pomazánkou z kuřecího masa, paprika
snack (morning)	Celerová pomazánka s kukuřicí, salát, trojhránky
snack (afternoon)	Pečený ananas s badyánem a bílým jogurtem
dinner	Nasi goreng rýže s uzeným tofu

Friday 21. August 2026

breakfast	Pomazánka z červené řepy, chléb
snack (morning)	Mini mozzarella s libečkovým dipem, zelenina
snack (afternoon)	Mangovo-meruňkový dezert s čokoládou
dinner	Salát s tarhoňou, uzeným lososem a koprem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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