

pondělí 20. října 2025

snídaně	Pomazánka z červené řepy, salát, bageta
svačina (dopolední)	Citronový tvarohový krém s čokoládou
svačina (odpolední)	Žampionové placičky s rozmarýnovým dipem, ředkev
večeře	Kuřecí kostky s glazovanou mrkví, pečené brambory

úterý 21. října 2025

snídaně	Masový závin se sýrem, okurka
svačina (dopolední)	Cottage s kapary a paprikou, tyčinky
svačina (odpolední)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem a hrozny
večeře	Dhál z červené čočky a mungo fazolek

středa 22. října 2025

snídaně	Hermelín s brusinkovou florou, salát, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Cuketová směs s čerstvým sýrem, knuspi
svačina (odpolední)	Obilné polštářky s kokosovou náplní a jahodovým jogurtem
večeře	Králičí maso na rozmarýnu a česneku, bulgur

čtvrtek 23. října 2025

snídaně	Kakaový perník s medovým krémem
svačina (dopolední)	Smetanové avokádo, sýrové tyčinky
svačina (odpolední)	Cherry rajčata s mini mozzarellou a zálivkou balsamico
večeře	Vepřové výpečky s červeným zelím, bramborové špalíčky

pátek 24. října 2025

snídaně	Pochoutkový salát, polníček, náš chléb
svačina (dopolední)	Pórková polévka s ricottou a semínky
svačina (odpolední)	Dezert s malinami a ořechy
večeře	Krůtí nudličky s brokolicí, rýže

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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