

pondělí 23. června 2025

snídaně	Hermelín s brusinkovou florou, okurka, pečivo
svačina (dopolední)	Cottage s kukuřicí, salát, knuspi
svačina (odpolední)	Jogurt s borůvkovým pyré a cereáliemi
večeře	Okoun s hořčicovou omáčkou, pečené brambory

úterý 24. června 2025

snídaně	Pomazánka z lučiny a opečené šunky, salát, bageta
svačina (dopolední)	Hruškové smoothie
svačina (odpolední)	Žampionové placičky s rozmarýnovým dipem, ředkev
večeře	Mleté maso s chilli jogurtem, barevné těstoviny

středa 25. června 2025

snídaně	Mrkvové muffiny s jogurtovým krémem
svačina (dopolední)	Panzanella s kapary a vejcem
svačina (odpolední)	Sýrová rolka se semínky, tyčinky
večeře	Celozrnná tortilla s krůtím masem a špenátem

čtvrtek 26. června 2025

snídaně	Pomazánka libečková s dýňovými semínky, salát, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Rajčatová salsa s čerstvým sýrem, ciabatta
svačina (odpolední)	Monte dezert
večeře	Kuřecí maso na pivu a kořenové zelenině, rýže

pátek 27. června 2025

snídaně	Zapečené vejce se slaninou a nivou, chléb vitamínek
svačina (dopolední)	Tvarohový krém s broskvemi
svačina (odpolední)	Chřestová směs, cherry rajčata, trojhránky
večeře	Salát se sojovými boby, sýrem a dresinkem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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