ZDRAVÉ STRAVOVÁNÍ

Jídelníček od 23.11. 2026

změna jídelníčku nebo surovin vyhrazena

PRO ZDRAVÍ NA CESTY

pondělí 23. listopadu 2026	
snídaně	Lívanečky s broskvemi a kokosovým krémem
svačina (dopolední)	Houbová pomazánka s hráškovými výhonky, tyčinky
svačina (odpolední)	Pečená rajčata s minimozzarellou, bageta
večeře	Kuřecí maso s restovanou zeleninou, rýžové nudle
úterý 24. listopadu 2026	
snídaně	Francouzská omeleta, salát, pečivo
svačina (dopolední)	Jogurt s mangovým pyré
svačina (odpolední)	Tzatziki s trojhránky
večeře	Vepřová panenka na víně s kaší
středa 25. listopadu 2026	
snídaně	Pomazánka libečková se semínky, pečivo
svačina (dopolední)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, kedlubna
svačina (odpolední)	Hruškový krém s dobrou vlákninou a sušeným ovocem
večeře	Bulgur s kukuřičným pestem a krůtím masem
čtvrtek 26. listopadu 2026	
snídaně	Banánový chlebíček se sladkým žervé krémem
svačina (dopolední)	Pórková polévka s ricottou a čedarem
svačina (odpolední)	Cottage se šunkou, salát, knuspi
večeře	Řepné kuličky se sýrovým dresinkem, šťouchané brambory
pátek 27. listopadu 2026	
snídaně	Pomazánka z pečeného lososa, ředkev, chléb
svačina (dopolední)	Míchaná zelenina s jogurtovým dresinkem
svačina (odpolední)	Čokoládová pěna s borůvkami
večeře	Hovězí Vindaloo, pilaf s hráškem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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