

pondělí 28. září 2026**úterý** 29. září 2026

snídaně	Řepové muffiny fetou a tymiánovým krémem, okurka
svačina (dopolední)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem
svačina (odpolední)	Brokolicový dip, salát, tyčinky
večeře	Linguine s houbami a parmazánem

středa 30. září 2026

snídaně	Pečivo s pórkovou pomazánkou, salát
svačina (dopolední)	Zapečený toust se šunkou a ementálem, kedlubna
svačina (odpolední)	Náš kakaový termix s goji
večeře	Hovězí nudličky s kešu oříšky, hráškový bulgur

čtvrtek 1. října 2026

snídaně	Vajíčková směs s uzeným sýrem, cherry rajčata, chléb
svačina (dopolední)	Meruňkový krém s jogurtem
svačina (odpolední)	Rolka se slunečnicovými semínky, trojhránky
večeře	Losos na bylinkách, pečené brambory, tzatziki

pátek 2. října 2026

snídaně	Vanilková rýžová kaše s jahodami a pistáciemi
svačina (dopolední)	Salát s mozzarellou a kapary
svačina (odpolední)	Pečivo se sýrovou pomazánkou, ředkev
večeře	Dýňové rizoto s parmskou šunkou a parmazánem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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