

Monday 1. June 2026

breakfast	Míchaná vejce s pórkem, chléb
snack (morning)	Švestkový tvaroh s lískovými ořechy
lunch	Hovězí maso v hořčičné omáčce s těstovinami, teplý lilkový salát
snack (afternoon)	Dip s pečeným česnekem, knuspi
dinner	Dušené kuřecí maso s mrkví, rýže

Tuesday 2. June 2026

breakfast	Tortilla se šunkou a sýrem, ředkvičky
snack (morning)	Ostružinový keřivý nápoj s datlovým sirupem
lunch	Candát s pistáciovým pestem, pečené brambory
snack (afternoon)	Petrželková pomazánka s pekanovými ořechy, trojhránky
dinner	Krůtí nudličky s paprikami, kuskus

Wednesday 3. June 2026

breakfast	Vajíčková směs s uzeným sýrem, mrkev, pečivo
snack (morning)	Salát s mozzarellou a kapary
lunch	Řepové rizoto s kuřecím masem
snack (afternoon)	Dezert s jahodami a arašídovým máslem
dinner	Dančí kostky s dýňovou omáčkou, těstoviny

Thursday 4. June 2026

breakfast	Ovesná kaše s borůvkami, para ořechy a strouhanou čokoládou
snack (morning)	Šunková variace s okurkovým salátem, bageta
lunch	Dušená kapusta s vepřovým masem, kroupy
snack (afternoon)	Žervé s čerstvým sýrem a celerovými hranolkami, rohlíček
dinner	Losos s houbovým přelivem, šťouchané brambory

Friday 5. June 2026

breakfast	Pomazánka se šmakounem, salát, chléb
snack (morning)	Muffin z vaječného bílku s cuketou, ředkev
lunch	Cizrnový Chana daal s krůtím masem
snack (afternoon)	Šlehaný tvaroh s hruškami a skořicí
dinner	Pomalou pečené hovězí maso s bulgurem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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