

pondělí 2. března 2026

snídaně	Míchaná vejce s pórkem, salát, chléb
svačina (dopolední)	Švestkový tvaroh s lískovými ořechy
oběd	Hovězí maso v hořčičné omáčce, celozrnné těstoviny
svačina (odpolední)	Krém s pečeným česnekem, cherry, knuspi
večeře	Dušené kuřecí maso s mrkví, rýže

úterý 3. března 2026

snídaně	Tortilla se šunkou a sýrem, ředkvičky
svačina (dopolední)	Ostružinový kefirový nápoj s datlovým sirupem
oběd	Candát s pistáciovým pestem, pečené brambory
svačina (odpolední)	Petrželková pomazánka s pekanovými ořechy, trojhránky
večeře	Krůtí nudličky s paprikami, kuskus

středa 4. března 2026

snídaně	Vajíčková směs s uzeným sýrem, mrkev, pečivo
svačina (dopolední)	Salát s mozzarellou a kapary
oběd	Řepové rizoto s kuřecím masem
svačina (odpolední)	Dezert s jahodami a arašídovým máslem
večeře	Dančí kostky s dýňovou omáčkou, těstoviny

čtvrtek 5. března 2026

snídaně	Ovesná kaše s borůvkami, para ořechy a strouhanou čokoládou
svačina (dopolední)	Šunková variace s okurkovým salátem, bageta
oběd	Dušená kapusta s vepřovým masem, kroupy
svačina (odpolední)	Žervé s čerstvým sýrem a celerovými hranolkami, rohlíček
večeře	Losos s houbovým přelivem, šťouchané brambory

pátek 6. března 2026

snídaně	Pomazánka se šmakounem, salát, chléb
svačina (dopolední)	Muffin z vaječného bílku s cuketou, ředkev
oběd	Cizrnový Chana daal s krůtím masem
svačina (odpolední)	Šlehaný tvaroh s hruškami a skořicí
večeře	Pomalu 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