

pondělí 2. června 2025

snídaně	Pažitková pomazánka s kozím sýrem, cherry rajčata, pečivo
svačina (dopolední)	Teplý cuketový salát s parmskou šunkou
oběd	Masová tortilla na řecký způsob
svačina (odpolední)	Jogurt s jahodami a skořicovými vločkami, meloun
večeře	Hovězí kousky na arašídovém másle se zelenými fazolkami, brambory

úterý 3. června 2025

snídaně	Vaječný muffin s madelandem a šunkou, bageta
svačina (dopolední)	Hruškové smoothie
oběd	Salát se sojovými boby, goudou a krutím masem
svačina (odpolední)	Rukolové žervé, mrkev, trojhránky
večeře	Vepřové nudličky v krémové omáčce, rýže

středa 4. června 2025

snídaně	Jáhlový dezert s malinovým jogurtem, ananas
svačina (dopolední)	Římský salát s marinovaným tofu a sezamem
oběd	Treska s houbovým přelivem, pečené brambory
svačina (odpolední)	Dip s pečeným česnekem a kešu, okurka, křehký rohlíček
večeře	Kuřecí kousky s brokolicí, kuskus s adzuki

čtvrtek 5. června 2025

snídaně	Vajíčková pomazánka, polníček, šestizrnný chléb
svačina (dopolední)	Ostružinový tvaroháček s vlašskými ořechy
oběd	Celozrnné těstoviny al pomodoro s vepřovým masem
svačina (odpolední)	Cottage se slunečnicovým semínkem, knuspi
večeře	Krutí roláda plněná cibulkovou směsí, bulgur

pátek 6. června 2025

snídaně	Náš žitný chléb s bazalkovým krémem a semínky, kedlubna
svačina (dopolední)	Sýrové rolky, salát s granátovým jablkem
oběd	Hovězí nudličky s karotkou a kokosovým mlékem, jasmínová rýže
svačina (odpolední)	Kakaový dezert s goji
večeře	Barevný středomořský těstovinový salát s tuňákem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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