

Monday 3. August 2026

breakfast	Banánové muffiny s čokoládovým krémem
snack (morning)	Cottage s bylinkami, salát, tyčinky
lunch	Celero-ovo-bramborový gratin s krůtím masem
snack (afternoon)	Zapečený toust s Heroldem a šalotkou, meloun
dinner	Celozrnné těstoviny s vepřovým masem a špenátem

Tuesday 4. August 2026

breakfast	Míchaná vejce s kukuřicí, bageta, mrkev
snack (morning)	Dip s pečeným česnekem, knuspi
lunch	Kuřecí nudličky s pórkem a žampiony, divoká rýže
snack (afternoon)	Tvarohová směs s jáhlami a ořechy
dinner	Skandinávské maso s bramborami a jogurtovou zálivkou

Wednesday 5. August 2026

breakfast	Rozpečená ricotta se sýrem, chléb
snack (morning)	Švestkový tvaroh s mákem
lunch	Tortilla s trhaným vepřovým masem
snack (afternoon)	Cizrnová pochoutka, barevná paprika, křehké pečivo
dinner	Treska v kokosové omáčce, kuskus

Thursday 6. August 2026

breakfast	Pomazánka s mandlemi, ředkvičky, pečivo
snack (morning)	Bílý jogurt se sladkým šmakounem
lunch	Masové kuličky na zelenině, celozrnné špagety
snack (afternoon)	Carpaccio z červené řepy s fetou
dinner	Krůtí ragú se špaldou

Friday 7. August 2026

breakfast	Zapečená vejce se šunkou, kedlubna, pečivo
snack (morning)	Borůvkovo-pomerančový kefír
lunch	Štika s janovským pestem, batátové hranolky
snack (afternoon)	Rolka se slunečnicovými semínky, polníček
dinner	Barevné rizoto s kuřecím masem a sýrem

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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