

pondělí 9. března 2026

snídaně	Hermelín s brusinkovou florou, salát, chléb
svačina (dopolední)	Cottage s římským kmínem, knuspi
oběd	Černá rýže s krevetami a cuketou
svačina (odpolední)	Citronový dezert s jahodami a chia semínky
večeře	Karbanátky s kapustou a parmazánem, šťouchané brambory

úterý 10. března 2026

snídaně	Omeleta s mozzarellou, kedlubna, pečivo
svačina (dopolední)	Kokosový dezert s borůvkami
oběd	Krůtí maso s fazolkami, špalda
svačina (odpolední)	Pomazánka z černé čočky, salát, rohlíček
večeře	Hovězí guláš, celozrnné těstoviny

středa 11. března 2026

snídaně	Sendvič s hovězí šunkou, cherry
svačina (dopolední)	Cibulačka
oběd	Kuřecí nudličky v krémové omáčce, bulgur s brokolicí
svačina (odpolední)	Pečený ananas s badyánem a jogurtovým krémem
večeře	Treska s tzatziky, batátové hranolky

čtvrtek 12. března 2026

snídaně	Rančérská vejce, pečivo
svačina (dopolední)	Zeleninový salát s tofu a dresinkem
oběd	Asijské soba nudle se zeleninou a vepřovým masem
svačina (odpolední)	Tvaroháček s rybízem a čokoládou
večeře	Játra s lupínky mandlí, barevná rýže

pátek 13. března 2026

snídaně	Hruškový clafoutis s tvarohovým krémem
svačina (dopolední)	Restované papriky se sýrovými chipsy
oběd	Hovězí gyros s celozrnnou pitou a zelným salátem
svačina (odpolední)	Šunková rolka s brynzovou náplní, trojhránky
večeře	Kuřecí maso se sójovou omáčkou a kurkumou, kuskus

Informace pro klienty

objednávky, odhlášení a jiné změny akceptujeme 3 pracovní dny předem

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